

पुस्तक -

‘पतञ्जर और वसन्त’

लेखक

विजय मुनि, शास्त्री, साहित्यरत्न

प्रकाशक

सन्मति ज्ञानपीठ, आगरा

प्रथम प्रवेश

सन् १९६१

मूल्य

दो रुपये

मुद्रक

प्रेम प्रिंटिंग प्रेस, आगरा

प्रकाशक की ओर से

प्रस्तुत पुस्तक का नाम 'धन्य और बल्लभ' है। यह पुस्तक विभिन्न विषयों पर लिखे गए निबन्धों का संकलन है। नैतिकता, जीवन संस्कृति, धर्म और वर्तमान विषय पर इसमें इच्छाशील निबन्ध है। निबन्धों की भाषा सरल है, शैली सुन्दर है और भावामिष्यक्ति अपने हृदय की निराली है। प्रत्येक निबन्ध पाठक को प्रेरणा और स्फूर्ति प्रदान करेगा, इसमें शंका भी सम्भव नहीं है।

यही विषय मुनि जी की मंजी हुई सेवनी से लिखे गए ये लेख व्यक्ति, परिवार और समाज के लिए मंगलमय सिद्ध होंगे—ऐसी मेरी विचारणा है। विशेषतः स्कूल और कामिजा में पढ़ने वाले छात्र-छात्राओं के लिए यह पुस्तक अत्यन्त उपयोगी सिद्ध होगी। निबन्धों की वाचन-शक्ति मनोवैज्ञानिक होने में यह निबन्ध हर किसी व्यक्ति के हृदय में पहुँच कर उसे लाभकारी सिद्ध होंगे।

सम्मति ज्ञानपीठ की ओर में प्रकाशित निबन्ध-साहित्य में 'धन्य और बल्लभ' अपना एक विशेष स्थान रखता है। पुस्तक का विषय शैली और भाषा सरल से सरल इसलिए रखा गया है, कि इससे हर व्यक्ति लाभ उठा सके।

सम्मति ज्ञानपीठ भारत

यही—

श्रीनारायण जैन

समर्पण

शिल्पकार शिल्पकार एक अनघड पत्थर को कला का रूप देकर सुन्दर, पूज्य और आदरणीय बना देता है। यदि कलाकार अपनी कला का चमत्कार न दिखाता, तो वह पत्थर अन्य पत्थरो से कोई विशेषता न रखता। पत्थर को कला का रूप शिल्पकार ने ही दिया।

चित्रकार चित्रकार अपनी तूलिका और विभिन्न रंगों के समन्वय से घवल कागज पर सुन्दर चित्र का जव अकन करता है, तब द्रष्टा विस्मय विमुग्ध हो जाता है। एक सुन्दर चित्र क्या है? एक चित्रकार की प्रतिभा और अनोखी सूझ-बूझ ही तो चित्र है।

गुरु प्रवर गुरु क्या है? प्रकाश का अधिदेवता। गुरु क्या है? महिमा और गरिमा का माप दण्ड। गुरु हिमालय से भी महान् होता है, और सागर से भी अधिक गम्भीर। शिष्य के जीवन को नयी दिशा और नया मोड़ देने वाला गुरु ही होता है। मेरे जीवन को नयी दिशा प्रदान करने वाले पूज्य गुरुदेव श्रद्धेय 'उपाध्याय अमरचन्द्र जी महाराज' के पवित्र कर-कमलों में 'पतझर और वसन्त' सादर समर्पित है।

—विजय भुनि

लेखक की कलम से

अपने प्रेमी पाठकों को 'गुमाब और कटि' के बाद 'पतझर और बसन्त' का उपहार देकर मुझे परम प्रसन्नता है। उपहार कैसा है? यह मेरे सोचने की बात नहीं। पाठक स्वयं इसका सुस्थापन करें।

भारत के युग में नैतिकता पर रही है और विभासिता बन रही है। मानवता साँस ले रही है और दानवता तन कर लड़ी है। विचार क्षीण हो रहा है, और विकार पीन होना जा रहा है। सम्पूर्ण भारत के मानव परिवार के सामने यह एक विकट समस्या है।

भारत की सबसे बड़ी मौल्य है—नैतिकता। भारत की सबसे बुलन्द आवाज है—सत्याचार। भारत की सबसे बड़ी आवश्यकता है—वर्तमान नीति और संस्कृति। भारत बिना भोजन के जीवित रह सकता है। पर वह वर्तमान नीति और संस्कृति के बिना कभी जीवित नहीं रह सकता। भारत के इस गण-मुकदमे के मामले में श्री भारत की मिट्टी के कण-कण से क्षीण और सत्याचार का मधुर संकीर्ण मुखरित हो रहा है।

मेरे विचार में उपरोक्त की पुरातन पद्धति भारत के भारत में बेकार हो चुकी है। नया भारत पुरानी बात को भारत के नये विचार में सुनना पसन्द करता है। वह मया विचार क्या है? मनोविज्ञान के आधार पर नैतिकता क्षीण और सत्याचार का प्रसार और प्रचार।

‘पतझर और वगन्त’ में नैतिकता, शील और सदाचार को मैंने मनोविज्ञान के माध्यम से रखने का प्रयत्न किया है। मैं नहीं कह सकता, कि इस प्रयत्न में मुझे कितनी सफलता मिली है। सफलता और विफलता की तोल मेरे पास नहीं है। उसे रखना भी मैं पसन्द नहीं करता। यह काम तो पाठको का है। हाँ, पुस्तक का नाम मैंने पाठकों की रुचि पर न छोड़ कर, अपनी रुचि पर रख छोड़ा है।

जैन भवन आगरा

—विजय भुनि

कहाँ क्या है ?

विषय

पृष्ठ

१	मन के जीते जीत	—	१
२	बिचार की शक्ति	—	४
३	मेथी-भाबना	—	८
४	बिन्ता और बिठा	—	१
५	प्राप्ति मानव की परिभाषा—	—	१५
६	सपने को पहचानो मानव !—	—	१८
७.	दुष्टि जीवन का दीपक	—	२४
८.	जीवन-दुष्टि के प्रकार	—	२७
९	जीवन के धनु	—	३
१०	मुस्कान एक कला	—	३३
११	बबानी और बुढ़ापा	—	३७
१२	छान्ति : धात्र के पुत्र की माँग	—	४
१३	पिया और पीला	—	४३
१४	मनुर्मन मनुष्य	—	४६
१५.	चारित्र्य-बल	—	५१
१६	जीवन एक बसा	—	५४
१७	स्वस्वता के प्राचार	—	५७
१	समय-संस्कृति का सार	—	६१
१८.	संस्कृति की सत्तरात्मा	—	६२
२०	व्यक्ति और समाज	—	६८
२१	पठभर और बसन्त	—	७१

	विषय	पृष्ठ
२२	आत्म-विश्वास	७६
२३	विद्या और कला	८०
२४	जीवन का स्वस्थ दृष्टिकोण	८२
२५	अमर सेनानी	८७
२६	अनासक्ति योग	९२
२७	दीपक की सस्कृति	९५
२८	धर्म की परिभाषा	९६
२९	क्रोध एक विषधर	१०५
३०	मन की साधना	११०
३१	आत्मा की शक्ति	११३
३२	मन के विकार	११६
३३	शक्ति का स्रोत ब्रह्मचर्य	१२०
३४	तुलनात्मक-विचार	१२५
३५	महाप्राण वीर लोकाशाह	१३१
३६	विचार-कण	१३४
३७	सर्वोदय तत्त्व-दर्शन	१३८
३८	ध्यान-योग	१४८
३९	भावना-योग	१५६
४०	जैन-दर्शन में योग-विचार	१६३
४१	एकतानता सफलता की कुञ्जी	१६७

मन के छीते जीत

मन प्रलय शक्ति का मञ्चार है। मन में घपार बस है। संसार पर साब तक जिन्होंने विजय प्राप्त की है वह मन के बस पर ही। मन के हारने पर मनुष्य हार जाता है। मन के जीतने पर मनुष्य जीत जाता है। मनोबल से ही राम ने रावण को जीता। बुद्ध ने कंस को जीता। मनोबल से गांधी ने भारत को बलवान् बनाया। सब प्रकार की सफलताओं का साधारण मनोबल है। मनशक्ति है, इच्छा-शक्ति है। संसार पर विजय प्राप्त करने की दो ताकतें हैं—पहली मन की और दूसरी तमबल की। पर मन की शक्ति के सामने तमबल की ताकत कमजोर है। उस स्थिति में कमजोर है जबकि मनुष्य का मन प्रबुद्ध एवं आशुत हो।

मन क्या है ? मन एक शक्ति है। वह एक सूक्ष्म तत्त्व है, जिसकी धाँक रोक नहीं सकती। हाथ पकड़ नहीं सकता।

मन अणु है, फिर भी उसमें विराट् शक्ति है। वह जीवन को सुधार सकता है, वह जीवन को विगाड़ सकता है। मन ही तो मनुष्य को बाँधता है, मन ही तो मनुष्य को मुक्त करता है। बन्धन और मुक्ति—ये सब मन के ही तो खेल हैं। मनुष्य के अन्दर जो मनन करने की शक्ति है, विचार करने की शक्ति है—वही तो मन है। शरीर फूल है, मन गन्ध। मन एक चुम्बक शक्ति है, जो सब को अपनी ओर खींचती है।

यदि आप अपने जीवन और भाग्य के अन्धकार को दूर करना चाहते हैं, तो अपने मन के प्रकाश को तेज करो, उसमें दिव्यता प्रकट करो। अपने मन के प्रकाश से आप यह भली-भाँति जान सकते हैं कि आपके अन्दर में कहीं हीरे हैं, कहीं मोती हैं, और कहीं ककर-पत्थर हैं? कहीं आग धधक रही है, और कहीं पर शीतल जल के भरने वह रहे हैं? जीवन के निशीथ को दूर करने की शक्ति आपके मन में ही है। आपके जीवन के अन्धकार को आपके मन का तेजस्वी प्रकाश और आपके मन का प्रखर आलोक ही दूर कर सकता है। वस, एक बार अपने मन के स्विच को दवाने-भर की देर है, फिर तो उसमें से प्रकाश की हजारों हजार किरणें फूट पड़ेगी, जिनके दिव्य आलोक में आपका जीवन-पथ आलोकित हो उठेगा।

चिन्ता और निराशा, विपाद और शोक, भय और ताप—ये सब मन के विकार हैं, मन के रोग हैं। इन आघातों से मन की शक्ति कमजोर होती है। चिन्ता से, शोक से और भय से क्या कभी किसी भी मनुष्य को लाभ हुआ है? नहीं, कभी नहीं। मन पर जितने अधिक चिन्ता, शोक एवं भय के आघात होते हैं, मन उतनी ही अधिक मात्रा में अपनी शक्ति को खोता

है। प्रसन्नता से चिन्ता को नष्ट कर डालो बिबेक से शोक को बिकस बना डालो घोर विश्वास से भय को भग डालो तब देखना—अपनी मन-शक्ति के समत्कार। मन जितना अधिक प्रान्त होता है उममें से उमने ही बेव से शक्ति का प्रयत्न-स्रोत प्रकट होता है। मन की शक्ति अपार है।

जब आपका मन जाग उठता है तब आपका भाग्य भी उठ बैठता है। जब आपका मन सो जाता है, तब आपका भाग्य भी सो जाता है। महावीर ने कुछ ने धीर पाँची ने जो कुछ किया है—अपने मनोबल से अपने प्रान्तरिक बल से ही किया है।

मनुष्य अपने मन के विचार के अनुस्यू होता है। मानव जीवन की प्रत्येक अवस्था पर घोर परिस्थिति पर उसके मन का प्रभाव पड़ता है। उसके विचारों के अनुसार ही उसका आचार और चरित्र बनता है और दिगच्छता है। जैसे वृक्ष दीब में से पैदा होता है वैसे ही मनुष्य का समस्त व्यवहार उसके विचार में से जन्मता है। मन के विचार यदि अविविध हैं तो निश्चय ही उसका जीवन भी अपावन ही होगा। जिस प्रकार जोड़ से जोड़ से और शोष से ज्ञान में से सोना निकलता है उसी प्रकार अपने मन की जोड़ से जोड़ से और शोष से सुन और ज्ञान—सब कुछ पा सकता है। मन में क्या कुछ नहीं है? सब कुछ है।

नष्टकराने वाले के लिए दरवाजा खुल ही जाता है। अरु अपने मन के बन्धु द्वार को खोलने का प्रयत्न करो बहु अवश्य ही मुसेधा। मोतासोर जब सागर के प्रवाह बल में पहरा

गोता मारता है और रत्नों की खोज करता है, तो उसकी अवश्य ही रत्नों की उपलब्धि होती है। आप भी अपने मन के सागर में गहरा गोता लगा कर, उसमें से सब कुछ पा सकते हैं।

विचार की शक्ति

मनुष्य का जैसा विचार होता है—वर्णना या कुरा उसका जीवन भी वैसा ही बन जाता है। सुम विचार से जीवन सुन्दर बनता है और अशुभ विचार से दूषित। किसी भी विचार को जब मनुष्य विचार का रूप देता है तब वह विचार जीवन का रूप बन जाता है। विचार चित्तमा मह्य होता है। वह जीवन को चतना ही प्रभावित करता है। कुरे और विपरीत विचार को किसी भी अवस्था में स्वीकार न करना—अपनी भास्मा को विमल एवं पवित्र रखने का एक सुन्दर नियम है।

जिस विचार को आप अपने मन में सदा स्वाम देते रहते हैं उसको आपका चैतन्य मन आपके अचैतन्य मन तक पहुँचा देता है, वहाँ वह संस्कार रूप में पड़ा रहता है। इसी को विचार बारा कहते हैं। आप यदि अपनी विचार-बारा को पावन और विदुष बनाना चाहें तो अपने मन में किसी भी प्रकार की हीन भावना

को प्रवेश न करने दे। इच्छा शक्ति से उसको दूर भगा दीजिए। उसके स्थान पर किसी सुन्दर विचार को प्रवेश करने दीजिए। हीन विचार के विरोध में महान् विचार को रखने से हीन-विचार नष्ट हो जाएगा, क्योंकि मन में एक समय में एक ही विचार काम कर सकता है।

आप यदि अपने मन में प्रवेश करने वाले हर गलत विचार को रोक सकें और उसके स्थान पर सही विचार को ला सकें, तो धीरे-धीरे आपका मन इतना सध जाएगा, कि उसमें बुरा विचार प्रवेश ही न पा सकेगा। अभ्यास से सब कुछ हो सकता है। इस काम में सफल होने के लिए आपको अपनी कल्पना और इच्छा शक्ति से बहुत सहयोग मिल सकता है। कल्पना में आप देखिए, कि आप कठिन से कठिन काम को भी बड़ी आसानी से और किसी प्रकार की व्याकुलता के बिना कर लेते हैं। अपनी इच्छा शक्ति के प्रयोग से आप अपनी कमजोरी को दूर करने का प्रयत्न करें।

आप अपने चरित्र-बल का विकास कीजिए और अपने बल पर अपना निर्माण कीजिए। आपके विचारों में बहुत बड़ी ताकत है। विचार का सुधार ही सच्चा सुधार है। आचार का सुधार विचार के सुधार पर आधारित रहता है। अपने सकल्प-बल को बढ़ाने का सदा प्रयत्न कीजिए। अपने जीवन में विचार की ज्योति जलने दीजिए। आप जितना भी कर सकते हैं, प्रकाश को प्यार कीजिए, फिर अन्धकार तो अपने आप ही भाग जाएगा। विचार से जीवन में बहुत बड़ा परिवर्तन हो सकता है। अपने जीवन की कसौटी कीजिए। नीचे लिखे प्रश्नों में से जिस प्रश्न

का उत्तर प्रायः स्वीकृति में है वह प्रश्न आपकी कमजोरी बताता है। उसका सुधार कीजिए।

- १ क्या आपको क्रोध पीछा करता है ?
क्या आप पीछा बहस में उतर पड़ते हैं ?
- २ आप उत्तेजना और बयारान्त के शिकार तो नहीं होते ?
- ४ क्या आप अपना निर्णय जल्दी में लेते हैं ?
- ५ दूसरों की सुझाव पर आपको हँसी तो नहीं आती ?
- ६ क्या अपनी आलोचना आपको बुरी लगती है ?
- ७ आप काम को बोझ तो नहीं समझते ?
- ८ आपका स्वभाव चिड़चिड़ा तो नहीं है ?
- ९ क्या आप दूसरों की सुविधा के विषय में भी कभी सोचते हैं ?

मैत्री-भावना

मनुष्य के मन में जो विश्व-व्यापी प्रेम की भावना है, उसको मैत्री कहते हैं। मैत्री का जन्म—परस्पर के विश्वास से और अभय की मृदु भावना से होता है। प्रेम और मैत्री—अलग नहीं हैं, दोनों एक हैं। फिर भी दोनों में थोड़ा अन्तर अवश्य है। प्रेम सजातीय से भी हो सकता है, परन्तु मैत्री में सजातीयता और विजातीयता का जरा भी भेद नहीं रहता है। प्राण-प्राण में जो अपनत्व भाव है, उसी को मैत्री कहते हैं। प्रेम में एक सीमा होती है, पर मैत्री में किसी प्रकार की सीमा को अवकाश नहीं है। मैत्री सदा असीम होती है।

एक मित्र को दूसरे मित्र से किसी प्रकार का भय नहीं होता। इसी प्रकार ससार के समस्त जीवों को हम से भय नहीं रहेगा, जब मैत्री का प्रकाश हमारे जीवन में प्रकट होगा। जहाँ प्रेम है—वहाँ विश्वास है, जहाँ विश्वास है—वहाँ अभय है, और

वही धर्म है—वही मैत्री-भाव है। प्रेम विस्वास धर्म और मैत्री—यह सब मैत्री-भाव का विकास कर है।

सन्तुष्ट जीवन का एक तीव्र सत्य है। सन्तुष्ट का जन्म स्वार्थ से होता है। सन्तुष्ट जीवन का कर्मक है। जब तक मन में सन्तुष्ट भावना रहेगी मनुष्य कभी भी धर्मना विकास नहीं कर सकेगा। सन्तुष्ट आत्मा का स्वभाव नहीं है, आत्मा का स्वभाव है—मैत्री। वही प्रकाश है वही धर्मकार नहीं रह सकता। इसी प्रकार वही मैत्री है, वही सन्तुष्ट नहीं रह सकती। जिस मन में राम का वास है, वही रावण का निवास कैसे होगा? मैत्री अहिंसा और प्रेम—ये सब मनुष्य-जीवन के दिव्य भाव हैं। और और विरोध तथा सन्तुष्ट—ये सब मनुष्य-जीवन के मासुरी-भाव हैं। मासुरी भाव का निराकरण ही वैरी भाव का समाप्त होना। स्वार्थ को छोड़कर परार्थ की ओर बढ़ना—मैत्री है। मैत्री जीवन का मधुर वरदान है और सन्तुष्ट जीवन का मर्यादक अभिषाप है।

सामाजिक जीवन में जो बात मैत्री सम्भावना प्रेम और अहिंसा से सहज में की जा सकती है—वह वैर, विरोध और सन्तुष्ट से नहीं। व्यक्ति को बदलने के दो मार्ग हैं—विरोध और अनुरोध। विरोध वैर का मार्ग है और अनुरोध अहिंसा का मार्ग है। मैत्री कल्याण का रास्ता है और सन्तुष्ट विनाश का पथ है। जब प्राणि भाव में हम प्रेम-भाव पैदा कर सकेंगे तभी हम मैत्री-भाव को धारण कर सकेंगे। मैत्री-भाव ही मनुष्यता का सार-सत्य है।

चिन्ता और चिंता

चिन्ता एक मानसिक रोग है। चिन्ता से मनुष्य का बल, बुद्धि और ज्ञान—सब कुछ नष्ट हो जाता है। चिन्ता-शील व्यक्ति सदा अशान्त, चंचल और भयभीत-सा रहता है। चिन्ता एक ससार-व्यापी महारोग है, जो सब देशों के मनुष्यों में पाया जाता है। वर्तमान काल में ससार में जो भय, गोक और विपाद का प्रसार हो रहा है, उसका मूल कारण एक मात्र चिन्ता है। इसमें फँसकर कितने ही मनुष्यों ने अपने स्वास्थ्य को, अपने सौन्दर्य को और अपने बुद्धि-बल को चौपट किया है, और कर भी रहे हैं।

चिन्ता का रोग बहु-व्यापी और भयंकर अवश्य है, फिर भी इसकी चिकित्सा की जा सकती है। इस रोग को भगाने के लिए सब से पहले मानसिक साहस की आवश्यकता है। पहले

रोपी के मन का भय दूर करना चाहिए क्योंकि भय की नींव पर ही हर तरह की चिन्ता पनपती है और बढ़ती है। अपने मन को सोच करने पर जात हो सकता है कि चिन्ता का सहा स्वयं मनुष्य ही है। चिन्ता का जन्म मनुष्य के मन में ही होता है। बाहर का बातावरण तो केवल चिन्ता की बेज में बाद पानी का काम करता है। जिस किसी मनुष्य के मानस में चिन्ता बढ़ जमा लेती है, उस मनुष्य के मन में एक प्रकार की हीन भावना उत्पन्न हो जाती है, कि वह दूसरों से हीन है, वह दूसरों से गुन्ध है, वह दूसरों से पामर है। वह सोच-विचार आपकी सुसीबों को बढ़ा बना देता है। मनुष्य जितना सोचता है सुसीबत उतनी ही बढ़ जाती है। इस प्रकार मनुष्य चिन्ता के पंखों में फँस कर अपने जीवन को हेय समझने लगता है।

चिन्ता करने से किसी प्रकार का लाभ तो होता नहीं है, स्वास्थ्य प्रवश्य बिगड़ जाता है। निरन्तर चिन्ता करते रहने से गुरावे की ग्रन्थि से अधिक मात्रा में रस निकलने लगता है, और रक्त में मिस्र कर उसे दूषित कर देता है। पञ्चामर शरीर की कान्ति फीकी पड़ जाती है। त्वचा खरा होकर पीसी पड़ जाती है। सिर में सरा सर रहने लगता है और बकान बनी रहती है। मन्दाग्नि हो जाने के कारण भुख भी नहीं लगती। मोहन पचता नहीं इसलिए रोपी निरत्य कमजोर होता जाता है। कुछ दिनों में वह इतना क्षीण हो जाता है कि अपने रोम से छड़ने की शक्ति भी उसमें नहीं रह पाती। फिर दुर्बलता के कारण शरीर में धीरे-धीरे नए-नए रोग पैदा हो जाते हैं।

दीर्घ-काल तक चिन्ता करते रहने से मनुष्य का स्नायु-मण्डल भी विकृत हो जाता है। स्नायु-जाल में विकार हो जाने का परिणाम यहाँ तक भयकर है कि मनुष्य पागल हो जाता है। शरीर की सुन्दरता नष्ट हो जाती है। सिर के बाल पक कर श्वेत हो जाते हैं। चेहरे पर झुर्रियाँ पड़ जाती हैं। सूरत विगड़ जाती है। आँखें निस्तेज हो जाती हैं। चिन्ता का प्रभाव मनुष्य के मस्तिष्क और शरीर पर ही नहीं, उसके चरित्र और स्वभाव पर भी पड़ता है। चिन्ता के कारण से मनुष्य के मन का उत्साह मर जाता है। स्फूर्ति चली जाती है। इच्छा-शक्ति कमजोर हो जाती है। तर्क करने की शक्ति भी नष्ट हो जाती है। चिन्ता-शील व्यक्ति के मन में सद्विचार और विवेक नहीं रह पाता।

चिन्ता, चित्ता के समान है। दोनों में शब्द दृष्टि से केवल एक बिन्दु का ही अन्तर है। अर्थ-दृष्टि से अन्तर यह है कि चित्ता मृत-कलेवर को जलाती है, और चिन्ता जीवित व्यक्ति को जलाती है। चिन्ता एक सक्रामक रोग है। चिन्ता का रोगी चिन्ता बिखेरता फिरता है। अतः उसका भयकर परिणाम दूसरों को भी भोगना पड़ता है। वह अपने प्रसन्न-चित्त मित्रों के मन में भी अपने उदासी भरे व्यवहार से झुँझलाहट पैदा कर देता है। इस कारण से लोग उसके पास बैठना भी पसन्द नहीं करते, सदैव बचते रहते हैं। जहाँ विचार का अन्त होता है, वही से चिन्ता का आरम्भ हो जाता है। चिन्तना, चिन्ता और चित्ता में बड़ा अन्तर रहता है। चिन्तना विचार है, चिन्ता रोग है, और चित्ता मृत को जलाती है।

माना कि चिन्ता एक भयंकर रोग है, पर उससे मुक्त होने

के भी अनेक उपाय हैं। एकान्त स्थान पर बैठकर विचार कीजिए कि आपके मन में कितने प्रकार की चिन्ताएँ हैं और वे किस कारणसे पैदा हुई हैं ? उन पर गम्भीरता के साथ विचार कीजिए। अपने मन की चिन्ता को हर किसी के सामने कहने से कोई लाभ न होगा। यदि कोई व्यक्ति सही मायने में आपका परम मित्र हो तो अवश्य ही उसके सामने अपनी समस्या को रख सकते हो। मायुक्तता को दूर करके विचार-बुद्धि से काम लेना चाहिए। कल्पना कीजिए, आपकी चिन्ताएँ इस प्रकार हैं—

१—एक सड़का पड़ता-निकलता कुछ नहीं है यह पास कैसे होगा ?

२—पास में धन तो है नहीं फिर सड़की का बिबाह कैसे होगा ?

३—मेरा बेटन तो बड़ा नहीं है, फिर इसमें गुमारा कैसे होगा ?

उपयुक्त चिन्ताएँ आपको सदा परेशान रखती हैं। अब आप क्रमशः इन पर विचार कीजिए जब सोचिए, और उपयोगी हल ढूँढ़ने का प्रयत्न कीजिए। यदि आप अपनी विचार बुद्धि से काम लेंगे तो उनका हल इस प्रकार से निजाम सकेगा—

१—अपने व्यस्त समय में से कुछ समय निजाम कर मैं स्वयं सड़के को प्रेम से पढ़ाई का प्रयत्न करूँगा। उसकी बुद्धिमत्ता को दूर करने की कोशिश करूँगा।

२—पास में धन नहीं है, यह सत्य है। पर सड़की का बिबाह साम-अह महीने बाद में भी हो सकता है। जब तक

फिजूल-खर्च को घटाकर कुछ धन एकत्र कर लूँगा। अधिक दिखावा न करके थोड़े में ही काम निकालूँगा।

३—वेतन नहीं बढ़ा, यह सत्य है। पर, क्या चिन्ता करने से मेरा वेतन बढ़ जाएगा? उसके लिए प्रयत्न करना तो ठीक है, पर चिन्ता करना व्यर्थ है। उसमें कुछ लाभ न होगा।

इस प्रकार सोचना और मोच कर कुछ कर गुजरना, चिन्ता से मुक्त होने का मनोवैज्ञानिक मार्ग है। जब निशाना साध लिया है, तो तीर छाड़ ही दीजिए। अपनी जो शक्ति आप चिन्ता करने में व्यय करते हैं, उसे किसी रचनात्मक कार्य में लगा दीजिए। आपकी सफलता अवश्य मिलेगी। आपकी प्रत्येक सफलता, आपकी हरेक चिन्ता को दूर करेगी। आप अपने वर्तमान समय का सदुपयोग कीजिए और भविष्य के लिए आशा बनाए रखिए। मन को नदा स्वस्थ और बलवान् रखिए, फिर चिन्ता कभी आपके पास बुलाने पर भी न आएगी।

भाषा : मानव की परिभाषा

संसार का समस्त व्यवहार भाषा पर ही चल रहा है। मनुष्य भाषा पर ही जीवित है। बिना भाषा के मनुष्य एक क्षण भी जीवित नहीं रह सकता। इसीलिए तो भाषा—मानव की परिभाषा बन गयी है।

भाषा के समान मधुर प्रिय और प्रेरणा देने वाला अन्य सब्द शब्द-कोष में नहीं है। जीवन में जब भाषा का प्रकाश आ जाता है तब व्यक्ति अपने किसी भी काम में असफल नहीं होता। भाषा से सफलता प्राप्त करता है और सफलता फिर उसके मन में भाषा का प्रकाश भर देती है। यद्यपि भाषा मनुष्य-जीवन के लिए सब से बड़ी शक्ति है। यद्यपि और विषाद के रोग को दूर करने की एकमात्र दवा है—भाषा भाषा भाषा। भाषा में बहकर मानव के लिए हमारा परम अर्थ बना बरवान होना।

निराशा, मानव-जीवन के लिए एक दारुण अभिशाप है, और आशा, मानव-जीवन के लिए एक सुन्दरतम वरदान है।

कल्पना कीजिए, दो व्यक्ति हैं। दोनों एक साथ ही रोग से आक्रान्त हुए हैं। एक जल्दी स्वस्थ हो जाता है, और दूसरा दीर्घ-काल तक रोग-शय्या पर पड़ा-पड़ा गला करता है। क्या कभी आपने यह विचार किया कि ऐसा क्यों होता है? मनोविज्ञान इसका उत्तर देता है—एक आशावादी था, जो शीघ्र स्वस्थ हो गया। दूसरा निराशावादी था, जो अपने मन में यह विश्वास कर चुका था, कि अब मैं स्वस्थ नहीं हो सकता।

देखा, आपने। आशा में कितना बड़ा चमत्कार है? आशा, जीवन है। निराशा, मरण। हमारे मन के विचारों का प्रभाव हमारे शरीर पर अवश्य ही पड़ता है। अतः मन में सदा आशामय विचार भरो और निराशामय विचार दूर करो। जब मनुष्य के मन में यह भावना पैदा होने लगे कि—वह पामर है, वह तुच्छ है, वह छोटा है, तब उसे अपने उस अधेरे मन में आशा का मधुर दीप जलाना चाहिए। आशा—प्रकाश है, और निराशा—अन्धकार है। निराशा से घिरा इन्सान अपनी जिन्दगी में कोई बड़ा काम नहीं कर सकता।

जिसके जीवन में आशा का दीप पूरे प्रकाश से जगमग करता रहता है, निश्चय ही वह मनुष्य बड़ा भाग्यशाली है। जो व्यक्ति स्वयं भी आशामय जीवन व्यतीत करता है, और दूसरों को भी आशामयी प्रेरणा देता है, वह आशा का अग्रदूत है। वह लोगों को आशामय जीवन विताने की कला सिखाता है। जो ससार को आशा का प्रकाश वांट कर निराशा के अन्धकार को दूर करता है, अवश्य ही वह ससार का महापुरुष है, एक दिव्य पुरुष है।

कुम्होत्र की रज-भूमि में कौरव-पक्ष की विद्यासे सेना को रेंग कर मनु न निराश और हताश होकर बैठ गया । परन्तु दुष्ण की भाषामयी घोर प्रेरकामयी बाणी को सुनकर उसकी मनोभूमि में भाषा का झंझुर फूट निकला । वह लड़कै को तैयार हो गया । अन्त में मनु न को युद्ध में विजय भी मिली । यह सब भाषा का ही दिव्य प्रभाव है जिसे दुष्ण ने उसके मन में बाणूत की थी ।

जैन साहित्य में वह घमर चटमा घाव भी छाया है, जब कि भगवान् महावीर के प्रधान शिष्य और उनके संघ के संघालक गणधर इन्द्रसूति गीतम के मन में भी यह निराशा घा गई थी कि मुझे मुक्ति नहीं मिलेगी । मुझे अभी तक केवल-ज्ञान भी नहीं हुआ । मेरे ही शिष्य को मेरे हाथों से दीक्षित हुए वे उनमें ही बहुत-से केवली हो चुके हैं । पर, मुझे वह सफलता क्यों नहीं मिली ? इन्द्रसूति के मन में इस प्रकार के निराशामय विचार देखकर भगवान् महावीर ने भाषामयी बाणी में गीतम को सात्त्वना देते हुए कहा था—

‘गीतम । निराश मत बन । तू ने विशाल संसार-सागर को छो पार कर लिया है । अब किनारे घाकर क्यों घटक गया ? इस तीर को भी पार करने का प्रयत्न कर । तुझे सफलता अवश्य मिलेगी । साधना में क्षण भर का भी प्रयास मत कर ।

इस भाषामयी बाणी का गीतम के मन पर अद्भुत प्रभाव पड़ा क्योंकि भगवान् की बाणी पर गीतम को घटूट विश्वास था, पहरी भाषा थी ।

युद्ध ने भी बहुत-से निराश व्यक्तियों के जीवन में भाषा का प्रकाश भर कर उन्हें सन्मार्ग पर लयाया । महापुरुष संसार में भाषा का दिव्य प्रकाश लेकर ही घाटे हैं । पुत्र मोक्ष से युद्ध दया

को प्राप्त हुई गौतमी को बुद्ध ने आशा का दिव्य प्रकाश देकर उसके जीवन की रक्षा की ।

ये सब आशा की चमत्कारमयी गाथाएँ हैं । आशा में कितना बल है, कितनी शक्ति है ? आशा एक सजीवनी शक्ति है, जिससे निराश व्यक्ति फिर से अपने कर्म में लगकर सफलता प्राप्त कर लेता है । आकाश जब काले बादलो से घिरा रहता है, तब भी सूर्य की प्रभा संसार को प्रकाश देती ही रहती है । सकट और कष्ट आने पर भी निराशा को अपने मन में प्रवेश मत होने दो । सदा आशावान् होकर रहो—‘जीवन का यही दिव्य पथ है ।’

६

अपने को पहचानो, मानव !

अपने जीवन के शान्त-क्षणों में एकान्त में बैठकर क्या कभी तुमने इस प्रश्न पर गम्भीरता के साथ विचार किया है कि—
‘कौन हूँ मैं ?’

क्या तुम मिट्टी हो ? नहीं तुम मिट्टी होकर भी मिट्टी से महान् हो । क्या तुम जल हो ? नहीं तुम जल होकर भी जल से महान् हो । क्या तुम धातु हो ? नहीं तुम धातु होकर भी धातु से महान् हो । क्या तुम पवन हो ? नहीं तुम पवन होकर भी पवन से महान् हो !

क्यों ? इसलिए कि मिट्टी धातु धीर पवन तत्त्व होकर भी वे बड़ हैं परन्तु तुम तो बड़ से मिला एक बेतन तत्त्व हो । एक ज्योति हो, तुम ! एक प्रकाश हो, तुम ! एक भावना हो तुम ! तुम क्या हो ? ओ सुनो—तुम क्या हो ? तुम प्रसर

को प्राप्त हुई गौतमी को बुद्ध ने आशा का दिव्य प्रकाश देकर उसके जीवन की रक्षा की ।

ये सब आशा की चमत्कारमयी गाथाएँ हैं । आशा में कितना बल है, कितनी शक्ति है ? आशा एक सजीवनी शक्ति है, जिससे निराश व्यक्ति फिर से अपने कर्म में लगकर सफलता प्राप्त कर लेता है । आकाश जब काले बादलो से घिरा रहता है, तब भी सूर्य की प्रभा ससार को प्रकाश देती ही रहती है । सकट और कष्ट आने पर भी निराशा को अपने मन में प्रवेश मत होने दो । सदा आशावान् होकर रहो—'जीवन का यही दिव्य पथ है ।'

लोक का अंधर भी नहीं कर सकता । वैश्व-जीवन केवल भोग के लिए ही होता है । परन्तु मनुष्य-जीवन में वह ताकत है कि वह भोग से त्याग की ओर भी जा सकता है । केवल मनुष्य को एक ही काम करना है—अपने को पहचानना है और अपना अर्थात् समस्त दुनिया के कोन-कोने में फैला हुआ है । जो अपने-आप को पा गया वह सब को पा गया और सब कुछ पा गया । इसीलिए तो मैं कहता हूँ—क्या कभी तुम ने वह भी सोचा है—“कोन हूँ मैं ?

तुम अपनी सृष्टि को जानते नहीं और कभी जानने का प्रयत्न भी नहीं करते । परन्तु अपने भाग्य को कैसेना और भगवान् को सोच देना, तुमको सब याता है । तुम कहते हो—मेरा भाग्य मेरा साथ नहीं देता । परन्तु तुम ने अपने भाग्य का साथ कितना दिया है, और कब दिया है । न जाने कितनी बार तुम्हारा भाग्य तुम को ब्यापे आया फिर भी तुम सोते ही रहे । फिर भी तुम अपने भाग्य को कैसेना हो । जो अपने को नहीं पहचानता वह अपने भाग्य को कैसे पहचान सकेगा ? और तुम यह भी रोना रोया करते हो कि भगवान् ने मेरे साथ न्याय नहीं किया । पर, मैं पूछता हूँ—तुम्हारे स्वयं अपने साथ कितना न्याय किया है ? और फिर भगवान् है कौन ? तुम स्वयं ही तो भगवान् हो ! तुम आत्मा हो ! जो आत्मा है वही तो परमात्मा है—अर्थात् तो परमपिता ।

आप धमीर हैं, धनवा बगीच । कुछ भी क्यों न हों ? आप मनुष्य हैं वही सब कुछ होना है । अपनी उस वर्तमान अवस्था को बदल बासी—जिसमें मुसीबतों की आंधी चल रही हो । मनुष्य के लिए सदा मुसीबत में रहना दुर्भाग्य की बात है ।

हो, तुम अजर हो, तुम अमर हो । तुम वही हो, जो न कभी वनता है, जो न कभी विगडता है ।

अपने लिए जितना तुम स्वयं सोच सकते हो, तुम्हारे लिए उतना अन्य कोई नहीं सोच सकता । जितना तुम स्वयं अपने आपको पहचान सकते हो, उतना अन्य कोई तुम को पहचान नहीं सकता । जो स्वयं अपने लिए कुछ भी नहीं सोचता, दूसरा कौन उसके लिए सोचेगा ? जो स्वयं अपने आप को नहीं पहचानता, दूसरा कौन उसको पहचानेगा ? जो स्वयं अपने भाग्य को ठुकराता है, फिर दूसरा कौन उसके भाग्य का आदर करेगा ? सत्य यह है, कि हम स्वयं ही अपने जीवन का निर्माण करते हैं, हम स्वयं ही अपने भाग्य को चमकाते हैं । सच्चा मनुष्य वही है, जो अपने को पहचानता है ।

विश्वास करो, मानव ! तुम से महान् इस ससार में दूसरा कोई नहीं है । तुम अमृत पुत्र हो । तुम प्रकाश-पुञ्ज हो । तुम अनन्त-शक्ति-सम्पन्न हो । इस धरती पर तुम से महान् कौन है ? तुम सबसे महान् हो, क्योंकि सुर-लोक के देव भी तुम्हारे पावन चरणों की रज को अपने मस्तक पर लगा कर तुम को नमस्कार करते हैं ।

हो सकता है, मेरी बात को सुनकर तुम हँसो और विचार करने लगे, कि मनुष्य में कौन-सी ऐसी विशेषता है, जिसके आधार पर यह कहा जा सके, कि मर्त्य-लोक का मनुष्य, अमर-लोक के सुरों से भी अधिक पावन और पवित्र है । क्या यह कोरी कल्पना नहीं है ? क्या यह अपने वडप्पन की शेखी बघारना नहीं है ? पर, मैं अपनी बात दृढ़ विश्वास के साथ मैं कहता हूँ कि जो काम मनुष्य कर सकता है, उस काम को अमर-

बिरास बदला कि बिस्व बदल गया । बिधा बदली कि वधा बदल गयी । दापा बदला कि जग बदल गया । जो पाना बाहुरे हो वह सब कुछ वो तुम्हारे पन्थर में ही छिपा हुआ है । उसे पहचानने का प्रयत्न करो ।

तुम जो कुछ बनना चाहते हो, पूरी इच्छा शक्ति के साथ उमका सकल्प करो। तुम जो कुछ प्राप्त करना चाहते हो—पूरा प्रयत्न करो, अवश्य प्राप्त करागे। केवल स्वयं को पहचानने की आवश्यकता है। अपने उत्थान और पतन की वागडोर मनुष्य के अपने हाथ में है। अपने लिए सब से बड़ी चीज तुम स्वयं हो। तुमको कुचलने की ताकत किमी में नहीं है, यदि तुम्हारे मन में ऊपर उठने का वज्र सकल्प है, तो। सफलता का एक ही आधार है—‘जीवन का एक लक्ष्य बना लो, फिर फौलादी कदमों से उस ओर चलते रहो, आगे बढ़ते रहो। सफलता जय-माला लेकर तुम्हारी गह निहार रही है। ससार तुम्हारे स्वागत को तैयार है। पर, स्वागत कराने की योग्यता तो अपने में पैदा करो।

सफलता के महामन्त्र की विधि मैं आपको बता रहा हूँ, जरा ध्यान से सुनो, और दृढ़ता से उस पर चलो—

एक शान्त और एकान्त स्थान पर, ध्यान मुद्रा में तन कर बैठ जाओ। फिर अपने मन में इस प्रकार की विचार-धारा को प्रवाहित होने दो, उसी प्रवाह में बढ़ते रहो—

“मैं कोन हूँ ? मैं अमृत हूँ। मैं मनुष्य हूँ। मैं सुन्दर हूँ। मैं स्वस्थ हूँ। मैं बलवान् हूँ। मैं विजेता हूँ। मैं अनन्त हूँ। मैं असीम हूँ। मैं सुख, शान्ति एवं आनन्द हूँ।”

प्रतिदिन इस प्रकार के अभ्यास से मनुष्य के मन की प्रसुप्त शक्ति जागृत होती जाती है। मनुष्य धीरे-धीरे अपने आप को पहचानने लगता है। जो अपने-आप को पा गया, वह सब को पा गया। जो अपने-आप को पहचान गया, वह सब कुछ जान गया है।

अपने जीवन को धाप अपनी बुद्धि की कसौटी पर कस कर देखिए, कि क्या धाप अपने जीवन का उपयोग बुद्धि से ज्ञान से और धिक्के से करते हैं ? क्या धाप अपने ज्ञान-पान में घीर रहन-सहन में बुद्धि का प्रयोग करते हैं ? धाप अपने मुह से जो कुछ बोलते हैं बोलने से पूर्व क्या उसे बुद्धि की तुला पर तोल लेते हैं ? क्या धाप अपने बुद्धि-बल से निराशा को भासा में बिबाद को हर्ष में और चिन्ता को उत्साह में बदल सकते हैं ? सब से प्रावश्यक प्रश्न तो यह है कि — क्या धाप विचार करते समय अपनी बुद्धि से काम लेते हैं ? धाप जिन बातों को सुनते हैं क्या उन्हें धाप बुद्धि की कसौटी पर कसते हैं ? जब कभी धापके सामने नया प्रश्न या नयी समस्या आती है तब धाप भावुकता की अपेक्षा बुद्धि से काम लेते हैं ? भावुकता में घीर बुद्धि में बड़ा भेद है । भावुकता तो मन की एक बहक है, घीर बुद्धि है—मन का एक प्रकाश ।

बुद्धिमान् अपने वर्तमान जीवन से ही सन्तुष्ट नहीं रहता, वह अपने भविष्य को आनन्द बनाने का भी प्रयत्न करता है वह अपनी बुद्धि का पूरा-पूरा उपयोग करता है । बुद्धि जीवन का एक प्रकार है, एक बीपक है । संसार की जिस वस्तु की अधिक से अधिक आवश्यकता है वह बुद्धि है । संसार में सम्भावना की कमी नहीं है । परन्तु, क्योंकि लोग अपनी बुद्धि का उपयोग नहीं करते । यही मनुष्य हर जगह अपने को सुखीकृत में पाता है, आपत्ति और संकट में पाता है । आज के विश्व की समस्या का समाधान इसी में है कि—'प्रत्येक व्यक्ति धन्य-विश्वास और धन्य परम्परा का परित्याग करके धार्मिक सामाजिक धार्मिक और राजनैतिक समस्याओं पर बुद्धि से गम्भीरता से विचार करे ।

बुद्धि : जीवन का दीपक

मनुष्य के पास यदि बुद्धि है, तो सब कुछ है और यदि बुद्धि नहीं है, तो सब कुछ होकर भी कुछ नहीं है। बुद्धि का अर्थ है—ज्ञान और विवेक।

प्रत्येक मनुष्य को अपने जीवन का उपयोग बुद्धि में करना चाहिए। बुद्धि किस के पास नहीं है? सब के पास में है। चेतना जगत् में मनुष्य से बढ़कर अन्य कौन बुद्धिमान है? मनुष्य के पास में सोचने की बुद्धि है, मनन करने की मन है, विचार की अभिव्यक्त करने के लिए वाणी है और विचार को आचार में लाने के लिए शरीर है। फिर मनुष्य के पास में कमी क्या है? जीवन के प्रत्येक कार्य में बुद्धि का उपयोग किया जाना चाहिए। पर, मनुष्य बुद्धि का उपयोग बहुत कम कर पाता है। हम प्रातःबुद्धि के बहुत थोड़े अंश का उपयोग करते हैं।

अपने जीवन को घाप अपनी बुद्धि की कसौटी पर कस कर देखिए, कि क्या आप अपने जीवन का उपयोग बुद्धि से ज्ञान से और विवेक से करते हैं ? क्या आप अपने ज्ञान-गान में और रहम-सहम में बुद्धि का प्रयोग करते हैं ? आप अपने मुँह से जो कुछ बोलते हैं बोलते हैं उस पूरा क्या उसे बुद्धि की तुला पर तोल लेते हैं ? क्या आप अपने बुद्धि-बल से निराशा को आशा में विपाद को हर्ष में और चिन्ता को उन्माद में बदल सकते हैं ? सब से आवश्यक प्रश्न तो यह है कि—क्या आप विचार करते समय अपनी बुद्धि से काम लेते हैं ? आप जिन बातों को सुनते हैं क्या उन्हें आप बुद्धि की कसौटी पर कसते हैं ? जब कभी आपके सामने नया प्रश्न या नयी समस्या आती है, तब आप मादुकता की प्रेरणा बुद्धि से काम लेते हैं ? मादुकता में और बुद्धि में बड़ा भेद है । मादुकता तो मन की एक बहक है, और बुद्धि है—मन का एक प्रकाश ।

बुद्धिमान् अपने वर्तमान जीवन से ही संतुष्ट नहीं रहता वह अपने मबिध्य को खानदार बनाने का भी प्रयत्न करता है वह अपनी बुद्धि का पूरा-पूरा उपयोग करता है । बुद्धि जीवन का एक प्रकाश है, एक बीपक है । संसार को जिस वस्तु की अधिक से अधिक आवश्यकता है वह बुद्धि है । संसार में सम्भावना की कमी नहीं है । परन्तु, क्योंकि लोग अपनी बुद्धि का उपयोग नहीं करते । भल मनुष्य हर जगह अपने को सुमीबल में पाता है, आपत्ति और संकट में पाता है । आज के विश्व की समस्या का समाधान इसी में है कि—‘प्रत्येक व्यक्ति धन्य-किस्सात और धन्य परम्परा का परिष्कार करके धार्मिक सामाजिक धार्मिक और राधनैतिक समस्याओं पर बुद्धि से बम्भीरता से विचार करे ।

बुद्धि, आत्मा का दीपक है। इस दीपक का प्रकाश कभी घुँघला न पड़े, इस बात का सदा ध्यान रखो। इस प्रकाश के बिना हमारा जीवन व्यर्थ होगा। हमारा सब कुछ भले ही चला जाए, पर बुद्धि कभी हम से दूर न हो। बुद्धि होगी, तो सब कुछ रहेगा।

जीवन शुद्धि के प्रकार

मनुष्य अपने घर को साफ-सुधरा रखता है। कहीं पर गन्दगी पड़ी हो कड़ा-कचरा पड़ा हो और कागज-पते पड़े हों तो वह तुरन्त उनको साफ करने का प्रयत्न करता है। क्योंकि अपने घर में कचरा भी गन्दगी उसको पसन्द नहीं है। घर की सफाई को वह अपनी सफाई समझता है उसे अपमान समझता है। साफ-सुधरा और सफेदी से पुना हुआ मकान उसको पसन्द है। साफ मकान—सम्भवा का प्रतीक है।

अपने मन पर गम्भीर रूपसे भी मनुष्य पसन्द नहीं करता। जैसे-कुैसे रूपसे पहनना वह अपना अपमान समझता है। कपड़े स्वच्छ हों घुड़ हों बमकीम हों और सुन्दर हों। मलिन वस्त्र भी मनुष्य को पसन्द नहीं है। मोशन और बस भी घुड़, पब्लिक और स्वच्छ होने चाहिए। गन्दा मोशन और गन्दा पानी, वह पहन नहीं करता। यवन मोशन और बगन—तीनों स्वच्छ और

साफ हो, तभी मनुष्य उनको पसन्द करता है और ग्रहण करता है।

क्या कभी मनुष्य यह भी विचार करता है कि—उसका मन कैसा है ? उसकी वाणी कैसी है ? उसका कर्म कैसा है ? मन की गन्दगी, वाणी की अपवित्रता और कर्म की मलिनता का क्या कभी मनुष्य विचार करता है ? नहीं करता। परन्तु उसे बाहरी स्वच्छता के साथ साथ भीतरी स्वच्छता पर भी विशेष ध्यान देना चाहिए। नहीं तो, तन के उजले, मन के मैले रहने से जीवन का सुधार नहीं हो सकेगा।

स्वच्छता तीन प्रकार की है—मन की, वाणी की और कर्म की। मन को पवित्र रखो, वाणी को स्वच्छ रखो और कर्म को शुद्ध रखो। मन की स्वच्छता इस प्रकार से रह सकती है—

- १ शोध न करने से, शान्ति रखने से।
- २ मान न करने से, नम्रता रखने से।
- ३ माया न करने से, सरलता रखने से।
- ४ लोभ न करने से, सन्तोष रखने से।
- ५ किसी की निन्दा न करने से।
- ६ किसी का अपमान न करने से।
- ७ किसी का बुरा न सोचने से।

मन की स्वच्छता का अर्थ है—‘मन मे किसी के भी प्रति राग, द्वेष, ईर्ष्या और बुरा विचार न रखना।’

वाणी की पवित्रता के लिए वाणी का संयम बहुत आवश्यक है। वाणी के संयम से मनुष्य को अनेक लाभ हैं। परस्पर में व्यर्थ का क्लेश, व्यर्थ का कलह और व्यर्थ के झगड़े नहीं होते हैं। वाणी की पवित्रता इस प्रकार से रह सकती है—

१. बाक संयम से ।
२. घृत्य मापण से ।
३. प्रिय एवं उत्प मापण से ।
४. मधुर मापण से ।
५. मृदु एवं कोमल मापण से ।

मनुष्य कुछ न कुछ कर्म करता ही रहता है । वह कर्मशील है, क्रियाशील है । मात्स्य और प्रमाद का परित्याग करके उसे कुछ न कुछ सत्-कर्म करते ही रहना चाहिए । परन्तु उसके कर्त्तव्य कर्म में पवित्रता होनी चाहिए । कर्त्तव्य-कर्म की पवित्रता इस प्रकार रह सकती है —

१. निष्काम-भाव पूर्वक कर्म करने से ।
२. कर्म के फल की भासक्ति न करने से ।
३. शुद्ध रीति-युक्त कर्त्तव्य-पालन से ।
४. विवेक-पूर्वक क्रिया करने से ।

जीवन के शत्रु

रोग, जीवन के शत्रु होते हैं। शरीर के रोग, शरीर को नष्ट करते हैं और मन के रोग, मन को कमजोर बनाते हैं। शरीर के रोगों का असर मन पर भी पड़ता है, और मन के रोगों का प्रभाव शरीर पर तो पड़ता ही पड़ता है। अतः रोग-मात्र हमारे शत्रु हैं—भले ही वे शरीर के हों और भले ही वे मन के हों। दोनों का उन्मूलन होना चाहिए।

रोगों से भरे इस मानव-जीवन में अनेक रोग इस प्रकार के हैं, जिनको हम रोग के रूप में पहचानते भी नहीं हैं, और वे निरन्तर हमारे जीवन को खोखला कर रहे हैं। वे हैं—‘हरी, वरी और करी।’ ये भयंकर रोग हैं, जो मनुष्य के जीवन को चाट जाते हैं। जीवन का सत्त्व खींच लेते हैं। जीवन की शक्ति का शोषण कर डालते हैं। बहुत ही भयंकर हैं, ये रोग। इसीलिए ये मानवता के शत्रु हैं।

मन से पहला शत्रु है— हुरी (Hurry) अर्थात्—अल्पबाजी या उतावलापन । यह मनुष्य के मन का एक बहुत भयंकर रोग है । यह मनुष्य की बुद्धि शक्ति और सम्मान का नाश करने वाला है । बत्ती का काम घेतान का होता है । किसी काम को जितने उतावलेपन से किया जाता है, वह सुन्दर नहीं बल्कि बिगड़ता है । इसका घुल कारण है—मन हड़बड़ाहट पबराहट, घबराहट और उतावलापन—ये सब मन की सन्तान हैं ।

कम और व्यवस्था जीवन की सफलता के घुल आधार नियम है । हर काम को व्यवस्था से और कम से करना चाहिए भले ही कितनी भी देर क्यों न लगे । मनुष्य यह सोचता है कि बत्ती करने से काम बत्ती हो जाएगा । पर, यह उसका भ्रम है । बत्तीबाजी से काम बिगड़ता ही है सुन्दरता नहीं । बत्तीबाज मादमी कहीं पर भी पाकर नहीं पता । पर हर काम को कम से धीरे से और धीरता के साथ करें, तब वह सुन्दर होगा ।

दूसरा शत्रु है—बरी (Worry) अर्थात्—चिन्ता । चिन्ता सब से भयंकर मनोरोग है मनुष्य का । 'चिन्ता' और 'चिंता' में केवल एक बिन्दु का अन्तर है । परन्तु दोनों का काम एक ही है—बसाना । अन्तर इतना ही है कि चिन्ता घुल कसेबरे को बनाती है, और चिन्ता जीवित मनुष्य को ही बना डालती है । अतः चिन्ता चिन्ता के समान है ।

बहुत-सी बातें जिनकी मनुष्य चिन्ता करता रहता है, मनहोनी होती हैं । यदि हो भी जाएँ, तो भी चिन्ता करने से क्या उनका कोई हल निकल सकेगा ? नशापि नहीं । चिन्ता

करने से जीवन और अधिक सकट में फँस जाता है। चिन्ता को उत्पत्ति भी भय से होती है। चिन्ता को दूर करने से पूर्व भय को दूर भगाना होगा। 'मैं अभय हूँ, मैं शान्त हूँ'—इस प्रकार की भावना करने से धीरे-धीरे चिन्ता दूर हो सकती है।

तीसरा शत्रु है—'करी' (Curry) अर्थात्—मिरच और मसाले। मनुष्य के जीवन पर भोजन का गहरा प्रभाव पड़ता है। उसके शरीर पर भी और उसके मन पर भी। मिरच और मसाले जीवन शक्ति को नष्ट-भ्रष्ट करते हैं, क्योंकि मसाले बहुत गरम और उत्तेजना देने वाले होते हैं। दिन-रात चटपटी, मसालेदार और खट्टी-मीठी चीजें खाने से अतडियाँ कमजोर हो जाती हैं और पाचन-क्रिया मन्द पड़ जाती है। भूख कभी खुल कर नहीं लगती। लाल मिरच तो ब्रह्मचर्य के लिए बहुत ही भयकर विष है। मसालेदार भोजन से वीर्य का क्षरण हो जाता है। अतः जीवन की रक्षा के लिए 'करी' का, मिरच-मसाले का परित्याग कर देना चाहिए।

जरा माहस के साथ मे 'हरी, वरी और करी'—इन तीन शत्रुओं से युद्ध करो। निश्चय ही वे हारेंगे, आप जीतेंगे।

मुस्कान एक कला

किसी की हँसी करना किसी का मजाक उड़ाना बुरा है—
बहुत बुरा है। परन्तु इससे भी बुरा है—समशील रहना, मुस्त
रहना। जिस इन्सान के चेहरे पर उदासी रहती है वह अपने
काम में कभी सफल नहीं होता। जो पाएमी रोता हुआ जाता
है, वह मरे की जबर मेकर ही लौटता है।

जो मुक्त सदा मुक्ताम की तरह हँसता है, उसको सब प्यार
करते हैं। प्रसन्न-मुख व्यक्ति जहाँ कहीं पर भी पहुँच जाता है,
वहाँ पर एक सुन्दर वातावरण पैदा कर देता है। उसके मुक्त
की मुस्कान सब को प्रसन्न कर देती है। गम्भीर और समशील
वातावरण हँसी-मुस्ती में बदल जाता है। मुस्कान एक जादू
है, मुस्कान एक कला है। सामाजिक और पारिवारिक जीवन
को सुन्दर मज़ुर और सरस बनाने के लिए मुस्कान बहुत
आवश्यक है।

मानसिक स्वस्थता के लिए सब से आवश्यक है—प्रसन्न-चित्त रहना। प्रसन्न मुखी व्यक्ति उन लोगों से अधिक सफल रहते हैं जो सदा ही गम में एव उदासी में डूबे रहते हैं। मनुष्य अपने मन का प्रतिविम्ब है। जैसा उसका मन रहेगा, वैसा ही उसका चेहरा रहेगा। मनुष्य की सफलता का बहुत कुछ आधार उसकी मानसिक दशा पर है। जीवन जीने की कला का रहस्य है—प्रसन्नता, उल्लास एव मुस्कान।

क्रोध, भय, चिन्ता और ईर्ष्या—ये सब मन के रोग हैं। इन रोगों से ग्रस्त मन, न कभी स्वस्थ रहेगा और न कभी प्रसन्न। जिस प्रकार शरीर के रोगों से शरीर पीला पड़ जाता है, उसी प्रकार मानसिक रोगों से मन म्लान हो जाता है। क्रोध, भय, चिन्ता और ईर्ष्या आदि मानसिक रोगों की एकमात्र राम-बाण दवा है—प्रसन्न चित्त रहना, मुस्कराना और मुस्कराहट। मुस्कान एक वह दवा है, जो आपके सुस्त चेहरे पर से उक्त रोगों के निशान ही नहीं मिटाती, बल्कि उक्त रोगों की जड़ को भी आपके मन से निकाल देगी।

आप जब कभी अपने किसी स्नेही व्यक्ति से मिलते हैं, तब केवल आप मुस्करा भर देते हैं। जो प्यार एक मुस्कान द्वारा व्यक्त होता है, वह नमस्कार के द्वारा भी नहीं हो सकता। थका-थकाया व्यक्ति, दिन-भर के श्रम से थलान्त होकर सध्या को जब घर लौटता है, तब वह अपनी पत्नी की एक मुस्कान पर और अपने प्यारे बच्चों की मुस्कराहट पर अपना सारा श्रम भूल जाता है। जब कोई भाई कोसो की यात्रा करके मार्ग के श्रम से चूर-चूर होकर अपनी बहिन के घर पहुँचता है, और वहाँ अपनी बहिन के चेहरे पर अपने आगमन की मुस्कान देखता है, तब वह अपने

सम्पूर्ण धम को घुस कर वहिम के स्नेह में धारम-विमोर हो जाता है। यह है, मुस्कान का चमत्कार। जब कोई व्यक्ति किसी की मृदु दृष्टि से भयाकुल हो सकता है तब क्या वह किसी की मुस्कान से प्रसन्न न होगा? श्रेष्ठ की अपेक्षा प्रेम का प्रभाव मन पर अधिक गहरा होता है, अधिक प्रभावक होता है। मुस्कानने में सम्भवतः मुश्किल से एक क्षण समयता है पर उसकी याद जीवन-भर रह जाती है। मुस्कानने में आपका कुछ कर्ष भी तो नहीं होता पर बिना आपकी मुस्कान मिमती है उसके मन में आपके प्रति प्रेम का मापर तरंगित होने लगता है—यकन ठाकत है, आपकी एक क्षण भर की मुस्कान से।

जीवन के मुद्दों को जीवन के सवधों को मुस्कान से जीतने की कक्षा दीजो। भयंकरसे भयंकर संकट में भी यदि आप अपनी मुस्कान को अपने मुँह पर से नाचव नहीं होने देते हैं तो निश्चय ही आप अपनी जिन्दगी के बावसाह हैं।


प्रसाद देता मे जब आप सोकर उठे जायें तब अपने समस्त परिवार पर मधुर मुस्कान की एक विग्न विखेर दीजिए। फिर देखिए, आपको एक साथ किठनी मुस्कराहट मिलती है? पत्नी मुस्करा कर आपका स्वागत कर रही होगी। बच्चे भी मुस्कराहट की किस्तकारियाँ भर कर आपको प्यार करने के लिए बैठक हो उठेंगे। माता और पिता प्रेम भरे स्वर में बुलाही देंगे। माई और बहिने स्नेह की बोझार करेंगे। घर के दास-दासी आपको हठक होकर रहेंगे। आपकी एक मुस्कान ने सारा बातावरण ही बदल जाता।

पाकाव के तारे हँसते हैं। परती के फुस मुस्कराते हैं। कोयल झबडी है, पत्नी चहचहाते हैं। और आप? आप गमगीन होकर

बैठे रहे, सुस्त होकर पड़े रहें—इसमें न आपकी शान है, और न आपका मान है। जग हँसता है, हँसने वाली पर। जग रोता है, रोने वाली पर। आपकी मधुर मुस्कान से यदि जग का एक भी पीड़ित व्यक्ति मुस्करा उठा, तो आपका जीवन सफल है।

ज्वानी और बुढ़ापा

हर इन्सान यह चाहता है कि मेरी ज्वानी सदा बनी रहे, मुझे बुढ़ापा कभी न आए। बुढ़ापा एक रोग है, बुढ़ापा एक मय है और बुढ़ापा एक घमंघम है। सभी तो हर इन्सान इससे परेधान हैं। परन्तु ज्वानी को सभी प्यार करते हैं। सभी चाहते हैं कि वह धाकर कभी न लौटे। सब उसको जीवन के लिए भवभ्रम एवं सुन्दर बदलान समझते हैं।

पर, क्या कभी किसी ने विचार भी किया कि ज्वानी है क्या चीज ? ज्वानी जीवन की एक विशेष अवस्था का नाम है। वह समय नहीं -काल नहीं एक अवस्था विशेष है। वस्तुतः जीवन को सदा सरा-धूरा अनुभव करना ही—ज्वानी है। हमारे मात मात मोठ दुपर बाईं सुबह देह और नामे बाल—मात्र में ही ज्वानी नहीं है, मने  ये ज्वानी के बाहरी प्रतीक हो सकते हैं।

जवानी इच्छा-शक्ति का एक प्रकार है, कल्पना की एक उडान है, विचारो का एक विशेष बहाव है। जवानी मन की एक ताजगी का नाम है। जवानी का अर्थ—निर्भयता, माहस, कुछ नया कर्म करने और नया रास्ता पकड़ने की एक धुन। नया-नया अनुभव करने की भूख को जवानी कहते हैं। इस प्रकार की भूख एक बीस वर्ष के तरुण की अपेक्षा पचास वर्ष के अघेड व्यक्ति में अधिक तीव्र हो सकती है। समय की धारा—जो प्रतिपल बह रही है, आपके ऊपर से बह जाए और आप बूढ़े हो जाएँ। क्या यही आपको पसन्द है? नहीं, ऐसा कभी नहीं सोचना चाहिए। इन्सान बूढ़ा तब होता है, जब उसमें कोई नया कर्म करने की शक्ति नहीं रहती।

शरीर का बुढ़ापा उतना भयकर नहीं होता, जितना मन का होता है। दिल से जोश निकल गया, तो समझिए कि आप बूढ़े हो चुके हैं। फिर भले ही आप बत्तीस वर्ष के पूरे नौजवान ही क्यों न हो, फिर, परेशानी और हैरानी—इन्सान को समय से पहले ही बूढ़ा बना देती हैं। चिन्ता, भय, शोक और विषाद के मानसिक बोझ से मनुष्य की गरदन झुक जाती है, कमर की कमान बन जाती है और मन का मोती धूल में मिल जाता है।

जीवन एक खेल है। कभी हार होती है, तो कभी जीत होती है। हमारे जीवन की सब से बड़ी कमजोरी यह है कि हम जीत को भुला देते हैं और अपनी हार को सदा याद कर-करके रोया करते हैं, कल्पना किया करते हैं। और यही तो बुढ़ापा है। आवश्यकता इस बात की है कि हम अपनी हार को भूलकर अपनी जीत को ही याद रखें।

इस बात को आप सदा याद रखिए कि आपके मन में जितना जीवन है, आप उतने ही बबान हैं। आप में अपनी बबानी के प्रति जितना गहरा विश्वास है, आप उतने ही बबान हैं। आपका मन जितना सक्रियामी होगा, आप उतने ही बबान हैं।

जवानी इच्छा-शक्ति का एक प्रकार है, कल्पना की एक उडान है, विचारो का एक विशेष बहाव है। जवानी मन की एक ताजगी का नाम है। जवानी का अर्थ—निर्भयता, साहस, कुछ नया कर्म करने और नया रास्ता पकड़ने की एक धुन। नया-नया अनुभव करने की भूख को जवानी कहते हैं। इस प्रकार की भूख एक बीस वर्ष के तरुण की अपेक्षा पचास वर्ष के अघेड व्यक्ति में अधिक तीव्र हो सकती है। समय की धारा—जो प्रतिपल बह रही है, आपके ऊपर से बह जाए और आप बूढ़े हो जाएँ। क्या यही आपको पसन्द है? नहीं, ऐसा कभी नहीं सोचना चाहिए। इन्सान बूढ़ा तब होता है, जब उसमें कोई नया कर्म करने की शक्ति नहीं रहती।

शरीर का बुढ़ापा उतना भयकर नहीं होता, जितना मन का होता है। दिल से जोश निकल गया, तो समझिए कि आप बूढ़े हो चुके हैं। फिर भले ही आप बत्तीस वर्ष के पूरे नौजवान ही क्यों न हो, फिर, परेशानी और हैरानी—इन्सान को समय से पहले ही बूढ़ा बना देती हैं। चिन्ता, भय, शोक और विषाद के मानसिक बोझ से मनुष्य की गरदन झुक जाती है, कमर की कमान बन जाती है और मन का मोती घूल में मिल जाता है।

जीवन एक खेल है। कभी हार होती है, तो कभी जीत होती है। हमारे जीवन की सब से बड़ी कमजोरी यह है कि हम जीत को भुला देते हैं और अपनी हार को सदा याद कर-करके रोया करते हैं, कल्पना किया करते हैं। और यही तो बुढ़ापा है। आवश्यकता इस बात की है कि हम अपनी हार को भूलकर अपनी जीत को ही याद रखें।

शान्ति की उपासना करने वाला शान्त व्यक्ति अपने पर शासन करके दूसरों के साथ में प्रेममय व्यवहार करता है। मनुष्य जितना ही शान्त बन जाता है, उसका प्रभाव उतना ही अधिक बढ़ जाता है। कुछ व्यक्ति अपने कठोर धारण से जो कराना चाहता है उसकी अपेक्षा शान्त व्यक्ति अपने प्रेम से हजार गुना काम कर सकता है।

शान्ति कहाँ है? महनों वाले शान्ति को भौपड़ियों में खोजते हैं और भौपड़ी वाले उसे महनों में समाप्त करते हैं। परीब कहता है—शान्ति बन में है। परन्तु बनबानु, बन पाकर भी उस गरीब से अधिक भ्रष्टान्त रहता है। सत्ताहीन समझता है—शान्ति सत्ता में है। किन्तु सत्ताधीश सत्ता को प्राप्त करके भी उस छत्ताहीन से अधिक भ्रष्टान्त है।

फिर शान्ति है कहाँ? शान्ति मोम में नहीं संयम में है। शान्ति बिनास में नहीं त्याग में है। जो व्यक्ति शान्ति की खोज सप्रह में करते हैं उनके हाथ में सप्रह ही धारणा शान्ति नहीं। जीवन में पहिँसा बिचार में अनेकान्त और समाज में अपरिग्रह की भावना आए बिना शान्ति नहीं मिलेगी।

बिचार करने पर यह मनी भाँति जात हो जाता है कि शान्ति कहाँ है? शान्ति का निवास कहाँ बाहर नहीं है उसका वास तो मनुष्य के मन में मनुष्य की बुद्धि में है। क्रोध धात्मा का निवास है और शान्ति धात्मा का स्वभाव है। अति-सुख भी मनुष्य को भ्रष्टान्त करता है और अति-दुःख भी मनुष्य को परेशान करता है। दोनों का समतल ही शान्ति का मार्ग है। धमाव में से अति-दुःख फूटता है, और अति भाव में से अति-सुख पैदा होता है। दोनों में ही शान्ति का वास नहीं है। अतः शान्ति के लिए

समभाव की बड़ी आवश्यकता है । विना समभाव के शान्ति कभी पनप नहीं सकती । जब जीवन में समभाव आता है, जब जीवन में ममरसता आती है तब जीवन के कण-कण से शान्ति का मधुर संगीत भ्रूण होता है ।

शान्ति की उपासना करने वाला व्यक्ति सदा शान्त, मधुर और गम्भीर रहता है । उसके जीवन की तुलना शान्त सागर से, निर्मल चन्द्र से और मरुभूमि के हरे-भरे वृक्ष से की जाती है । शान्ति, जीवन का एक मधुर वरदान है और क्रोध जीवन का एक दारुण अभिशाप है ।

शान्ति का अर्थ है — 'सहिष्णुता ।' परन्तु सहिष्णुता समभाव के बिना टिक नहीं सकती । अतः समभाव ही शान्ति का मूल आधार है । जीवन में जितना ममभाव आता है, मनुष्य उतनी ही तेजी से शान्ति की ओर अग्रसर होता है ।

शिक्षा और दीक्षा

साम-जीवन का विकास दो तरफों पर आधारित है—'शिक्षा और दीक्षा'।

शिक्षा अपने-आप के अभाव में जीवन सम्पन्नकरमाय है। जीवन का सत्य क्या है? जीवन का उद्देश्य क्या है? यह स्थिर हो जाने पर मनुष्य अपने सत्यमूल से अपने अदम्य पर भी जा पहुँचता है। सत्य स्थिर करना—यह शिक्षा है और उस सत्य पर पहुँच जाना—दीक्षा है।

माप साम है। माप अपने जीवन के राजा है। अपने जीवन के स्वयं निर्माता है। अपना उत्थान और पतन अपना विकास और ह्रास अपनी उन्नति और अवनति—मापके अपने हाथ में है। माप राष्ट्र की धाता है। माप समाज की शक्ति है। माप अपने परिवार के मयूर स्वयं है। माता के दुसारे, पिता के ताड़ने और भाई-बहिन के सज्जे सहयोगी है।

शिक्षा से आप विनम्र बने और दीक्षा से कर्मठ एवं कठोर। कर्तव्य-पालन में कठोर, चट्टान से भी कठोर बनें। दूसरों की सेवा में विनम्र बनें, और कुसुम से भी कोमल। जीवन में नम्रता और सहिष्णुता—दोनों गुणों के विकास की आवश्यकता है।

जीवन को सरस, सुन्दर एवं मधुर बनाने के लिए आपको निम्नांकित तीन सूत्रों पर गम्भीरता से विचार करके तदनुकूल जीवन व्यतीत करना चाहिए—

- १—मातृ-देवो भव,
- २—पितृ-देवो भव,
- ३—आचार्य-देवो भव।

उपयुक्त तीनों सूत्रों का सक्षिप्त परिचय इस प्रकार है—

१—मातृ देवो भव—माता की सेवा करना, माता की आज्ञा का पालन करना, और माता की भक्ति करना।

२—पितृ देवो भव—पिता की सेवा करना, पिता के आदेश का पालन करना, और पिता की भक्ति करना।

३—आचार्य देवो भव—अपने अध्यापक के अनुशासन का पालन करना, अपने शिक्षक की शिक्षा को मानना, और अपने अध्यापक के आदेश का पालन करना।

आप अपने जीवन में विचार और आचार—दोनों का समान भाव से विकास करो। ज्ञान का प्रकाश और आचार की शक्ति लेकर जीवन-समर में जूझ पड़ो। आगे बढ़ने के लिए साहस, और मोर्चे पर डटे रहने के लिए दृढ़ता—आपके मन के कण-कण में समा जानी चाहिए।

सुखी होना आपका अधिकार है, परन्तु दूसरो के दुःख पर अपने सुख-आसवाद की भीख न डालो। अपना विकास करो परन्तु दूसरो को हानि पहुँचा कर नहीं। धार्मिक बनस्य बढ़ो, परन्तु अपने साधियों को गर्त में गिराकर नहीं।

आप स्वयं भी सुखी बनो अपने छात्री-सचिवों को भी सुखी बनाओ। सेवा सहयोग और सहानुभूति—इन तीन बातों पर अवश्य ही ध्यान दो। इससे आपको महान् बल मिलेगा।

आपकी 'शिक्षा और दीक्षा' का यही सार तत्त्व है।

शिक्षा से आप विनम्र बने और दीक्षा से कर्मठ एवं कठोर। कर्तव्य-पालन में कठोर, चट्टान से भी कठोर बनें। दूसरों की सेवा में विनम्र बनें, और कुसुम से भी कोमल। जीवन में नम्रता और सहिष्णुता—दोनों गुणों के विकास की आवश्यकता है।

जीवन को सरस, सुन्दर एवं मधुर बनाने के लिए आपको निम्नांकित तीन सूत्रों पर गम्भीरता से विचार करके तदनुकूल जीवन व्यतीत करना चाहिए—

- १—मातृ-देवो भव,
- २—पितृ-देवो भव,
- ३—आचार्य-देवो भव।

उपर्युक्त तीनों सूत्रों का सक्षिप्त परिचय इस प्रकार है—

१—मातृ देवो भव—माता की सेवा करना, माता की आज्ञा का पालन करना, और माता की भक्ति करना।

२—पितृ देवो भव—पिता की सेवा करना, पिता के आदेश का पालन करना, और पिता की भक्ति करना।

३—आचार्य देवो भव—अपने अध्यापक के अनुशासन का पालन करना, अपने शिक्षक की शिक्षा को मानना, और अध्यापक के आदेश का पालन करना।

आप अपने जीवन में विचार और आचार—दोनों का सम भाव से विकास करो। ज्ञान का प्रकाश और आचार की नाल लेकर जीवन-समर में जूझ पड़ो। आगे बढ़ने के लिए सा और मोर्चे पर डटे रहने के लिए दृढ़ता—आपके मन के कण-में समा जानी चाहिए।

कहते हैं। परन्तु मैं पूछता हूँ कि यदि घाघ में से उष्मत्व निकल जाए तो क्या घाघ उसे घाघ कह सकते हैं ? नहीं ! क्योंकि हम उस घाघ तभी तक कह सकते हैं, जब तक उसमें उष्मत्व-धर्म मौजूद है। इसी प्रकार जब तक जल में क्षीतस-धर्म है तभी हम उसे जल कहते हैं।

वस्तु बिना धर्म के वस्तु की स्थिति नहीं रह सकती। विश्व के सभी पदार्थ यदि अपने-अपने धर्म से रहित हो जाएँ, तो क्या विश्व स्थिर रह सकेगा ? नहीं कदापि नहीं ! इसलिए विश्व की स्थिति के लिए धर्म अनिवार्य छहरा।

यह रही मनुष्य की बात। यदि मनुष्य में मनुष्यत्व नहीं है, तो क्या हम उसे मनुष्य या मानव कह सकते हैं ? नहीं कदापि। नहीं। विश्व में परमेश्वर मनुष्य हैं। पर क्या उन सब में मानवता या मनुष्यता विद्यमान है ? यदि हाँ तो फिर यह कून की होनी किस लिए होती या रही है। क्या मनुष्यता का यही लक्षण है कि हम राज्य-सत्ता के लिए या कुछ अपने स्वार्थों के लिए निरौह मनुष्यों का कून बहा दे। हमारे कुछ भाई तो आन्तर और उन्मासपूर्ण जीवन बिताएँ और साक्षों या कराइों मानसिक एवं शारीरिक व्यायामों से अभिसूत होकर जमराब का पाठिष्य धीपीकार करें ?

यह भी कोई मानवता है ! यदि आज की दुनिया में मानवता का यही मूल्य है, तो इस मानवता से तो यह पशुता ही मनी जिसमें परस्पर स्नेह-सरिता की वाचन भाराएँ वह रही हों। स्वान भी कुछ दिनों के परिचय के बाद अपने साथी को जीवन यात्रा में बाधक नहीं बनता। इन्तर इन प्रयुत्वाभिमान मनुष्यों

मनुर्भव मनुष्य

मानव-जीवन में धर्म एक मुख्य वस्तु है। धर्म के अभाव से मनुष्य की क्या स्थिति होगी ? जब तक मनुष्य में मनुष्यत्व नहीं, तब तक वह मनुष्य कहलाने का अधिकारी कैसे हो सकता है। मान लीजिए, वह स्वयं अपने-आप को मनुष्य कह बैठे। पर आप उसे क्या कहेंगे ? पशु या कुछ और !

आपके सम्मुख दो वरतन रखे हैं—एक में जल है, और दूसरे में आग। यदि आप से कोई पूछे कि दोनों वरतनों में क्या है, तो आप क्या उत्तर देंगे ? यही कि इसमें जल है, और इसमें आग। मैं आप से पूछता हूँ कि आप आग को आग क्यों कहते हैं, जल या और कुछ क्यों नहीं कह देते ? इसी प्रकार जल को जल क्यों कहते हैं, उसे आग क्यों नहीं कह देते ?

आप कह सकते हैं कि आग में उष्णत्व है, इसलिए हम उसे आग कहते हैं। इसी प्रकार जल में शीतलत्व है, अतः हम उसे जल

कहते हैं। परन्तु मैं पूछता हूँ कि यदि भाग में से उष्णत्व निकल जाए तो क्या घाव उसे घाग कह सकते हैं ? नहीं। क्योंकि हम इसे घाव तभी तक कह सकते हैं, जब तक उसमें उष्णत्व-धर्म मौजूद है। इसी प्रकार जब तक जल में शीतल-धर्म है, तभी हम उसे जल कहते हैं।

यस्तु बिना धर्म के वस्तु की स्थिति नहीं रह सकती। विश्व के सभी पदार्थ यदि अपने-अपने धर्म से रहित हो जाएँ, तो क्या विश्व स्थिर रह सकेगा ? नहीं कदापि नहीं। इसलिए विश्व की स्थिति के लिए धर्म अनिवार्य ठहरा।

यह रही मनुष्य की बात। यदि मनुष्य में मनुष्यत्व नहीं है, तो क्या हम उसे मनुष्य या मानव कह सकते हैं ? नहीं कदापि। नहीं। विश्व में असंख्य मनुष्य हैं। पर क्या उन सब में मानवता या मनुष्यता बिद्यमान है ? यदि हाँ तो फिर यह जून की होनी किस लिए खोसी का रही है ? क्या मनुष्यता का यही लक्षण है कि हम राज्य-निष्ठा के लिए या कुछ अपने स्वार्थों के लिए निरीह मनुष्यों का जून बहा दे। हमारे कुछ भाई तो आत्मरक्ष और सम्प्राप्तपूर्ण जीवन बिताएँ और भावों या कराँकों मानसिक एवं शारीरिक व्याधियों से अभिभूत होकर समस्त का आधिपत्य स्वीकार करें ?

यह भी कोई मानवता है। यदि भाव की दुनिया में मानवता का यही मूल्य है तो इस मानवता से तो यह पशुता ही मानी जिसमें परस्पर स्नेह-करिदा की पावन धाराएँ बह रही हों। स्वान भी कुछ दिनों के परिचय के बाद अपने साथी की जीवन यात्रा में बाधक नहीं बनता। इधर इन प्रभुत्वामिमानी मनुष्यों

“भगवान्, दया करके मुझे यह शक्ति दे कि किसी को मैं कष्ट न दूँ। लोग मुझे ममभे, डमकी जगह में ही उन्हें ममभूँ। इसके वजाय कि लोग मुझे प्यार करें, मैं ही उन्हें प्यार करना सीखूँ। द्वेष की जगह मुझे प्रेम के बीज बोने दे। अत्याचार के बदले में क्षमा, सन्देह के बदले में विश्वास, निराशा के स्थान पर आशा, अन्याय की जगह प्रकाश और विपाद की भूमि में आनन्द करने की शक्ति मुझे प्रदान कर, जिससे मैं दूसरों का भला करूँ।”

अन्त में हम यही कहेंगे कि सच्ची मनुष्यता प्राप्त करने के लिए हमें प्रभु से इन शब्दों में प्रार्थना करनी होगी—

“खुश रहना खुश रखना, जीना और जिलाना।
नाय ! मेरे जीवन का—बस, एक यही हो गाना ॥”

मनुष्य का स्वभाव न तो धर्म-पाप अच्छा होता है, और न बुरा। ब्रैसा बातावरण होता है ब्रैसा ही उसका स्वभाव बनता है और बिगड़ता रहता है। मनुष्य के स्वभाव-निर्माण में और चारित्र्य-निर्माण में उसका संकल्प एवं उसकी इच्छा-शक्ति का बहुत बड़ा हाथ रहता है। मनुष्य के जीवन की विशेषता उसके अच्छे चारित्र्य विकास में है। 'चारित्र्य' शब्द का अर्थ बहुत व्यापक एवं विस्तार है। इसमें समस्त मानवीय तत्त्वों का समावेश हो जाता है। त्याग तपस्या वैराग्य सहिष्णुता कर्तव्य और प्रेम आदि अनेक गुणों का परिबोध 'चारित्र्य' शब्द से सहज हो जाता है।

यदि मनुष्य में चारित्र्य नहीं है, तो सब कुछ होते हुए भी वह खोबला है। ज्ञान बल क्रिया में उतरता है, तब वह चारित्र्य बनता है। धाधार-हीन विचार कभी-कभी बहुत भयंकर सिद्ध होता है।

को देखिए, जो अपने स्वार्थ के लिए सहोदर का भी गला काटने में नहीं हिचकिचाते ।

एक दिन ऋषि ने—एक वैदिक ऋषि ने अपना हृदय शब्दों में उंडेल कर कहा था—“मनुर्भव मनुष्य ।” ओ, मनुष्य, तू मनुष्य बन जा । भगवान् महावीर ने भी एक दिन लाखों मनुष्यों के बीच में कहा था—“माणुसक्खं सुदुल्लभं ।” अर्थात्—‘मनुष्य बनना बड़ा दुर्लभ है ।’ पर, यह क्यों ? क्या वे लाखों या करोड़ों मनुष्य, मनुष्य नहीं थे । क्या आज भी विश्व में—इस अरबों के विश्व में मनुष्यों की कमी है । फिर—“ओ, मनुष्य, तू मनुष्य बन जा । मनुष्य बनना बड़ा दुर्लभ है ।” यह उद्घोषणा क्यों ? इसमें रहस्य क्या है ?

इसका यही रहस्य है कि—मानव, तू अपने मानवत्व-धर्म को पहचान । मानवत्व या मनुष्यत्व-धर्म के बिना मानव या मनुष्य कैसा ? हाथ-पैरों से या शरीर से मनुष्य होना, एक बात है और हृदय से मनुष्य बनना दूसरी । इस दुनिया में जो अपने को आज सभ्य समझते हैं—हृदय से कितने मनुष्य हैं ? उनमें मनुष्यत्व कहाँ तक है ? आज की दुनिया में शरीर से तो अरबों या इससे भी अधिक मनुष्य मिल सकते हैं । परन्तु वास्तविक मनुष्य, जिसमें मनुष्यत्व रहा हुआ है—कितने हैं ? बहुत कम ! लाखों में से दो-चार ही मिलेंगे । इसीलिए तो भगवान् महावीर ने कहा है कि—“मनुष्य बनना बड़ा दुर्लभ है ।” यह उद्घोषणा बिल्कुल सत्य है ।

अस्तु, मनुष्य को वास्तविक मनुष्य बनने के लिए, भगवान् महावीर ने सब से पहले चार बातें सीख लेना आवश्यक बतलाया है । ये चार शिक्षाएँ मनुष्यत्व की प्राप्ति के लिए अनिवार्य साधन

हैं। बिना हमके मनुष्य म मनुष्यत्व जाना असम्भव है। ये चार शिक्षाएँ ये हैं—

१ प्रकृति-जगता—सहज सीम्पता अर्थात्—जीवन को इतना सरस एवं सुन्दर बनाना जिसमें छल कपट धीर बचन न हो। किसी के साथ विश्वासघात या चोखा नहीं करना।

२ अस्ति-सरभता—सब के साथ मधुर एवं प्रिय भाषण करना। किसी के प्रति कष्ट व्यवहार न करना। किसी के साथ ऐसा व्यवहार नहीं करना जिससे उसको कष्ट हो।

३ धनुर्भोक्ता—अमुकम्या अर्थात् हीन-दुष्टियों के प्रति सहानुभूति या दया भाव रखना। किसी भी निरपराधी मनुष्य को दुष्ट न पहुँचाना। सब के साथ भारतीय-जनों जैसा सद् व्यवहार करना। पर-सहा के लिए सदा उत्तर रहना।

४ अमस्तरता—निरमिमानता अर्थात्—अपनी दुष्टि बिद्या या बल का प्रहंकार न करना। प्रहंकार से अपने संगी-साथियों का तिरस्कार न करना। उन्हें हीन-दृष्टि से न देखना। अपने को ऊँचा धीर दूसरों को नीचा न समझना। अपने पाप को बिहान् और दूसरा का दुर्ल न समझना।

अपने जीवन को सरस सुन्दर और साक्षर्यक बनाना ही सच्ची मनुष्यता है। सच्चा मानव बनने के लिए यह आवश्यक है कि है कि हम अपने हृदय को बिराद एवं उदार बनाएँ। परिवार समाज और देश के हितों का दुरुपयोग स्वयं न करें और करने वाला से उनकी रक्षा कर। स्वयं जीवित रहें और दूसरा के जीवन में सहायक बनें। सन्त प्रसिस के शब्दों में मानवता की परिभाषा सुनिए—

“भगवान्, दया करके मुझे यह शक्ति दे कि किसी को मैं कष्ट न दूँ। लोग मुझे समझे, इसकी जगह मैं ही उन्हें समझूँ। इसके बजाय कि लोग मुझे प्यार करें, मैं ही उन्हें प्यार करना सीखूँ। द्वेष की जगह मुझे प्रेम के बीज बोने दे। अत्याचार के बदले में क्षमा, सन्देह के बदले में विश्वास, निराशा के स्थान पर आशा, अन्धकार की जगह प्रकाश और विपाद की भूमि में आनन्द करने की शक्ति मुझे प्रदान कर, जिससे मैं दूसरों का भला करूँ।”

अन्त में हम यही कहेंगे कि सच्ची मनुष्यता प्राप्त करने के लिए हमें प्रभु से इन शब्दों में प्रार्थना करनी होगी—

“खुश रहना खुश रखना, जीना और जिलाना।
नाथ ! मेरे जीवन का—बस, एक यही हो गाना ॥”

मनुष्य का स्वभाव न तो अपने-आप अच्छा होता है, और न बुरा। ऐसा बालाकरण होता है वैसा ही उसका स्वभाव बनता है और विकृता रहता है। मनुष्य के स्वभाव-निर्माण में और चारित्र्य-निर्माण में उसका संकल्प एवं उसकी इच्छा-शक्ति का बहुत बड़ा हाथ रहता है। मनुष्य के जीवन की विशेषता उसके अपने चारित्र्य विकास में है। 'चारित्र्य' शब्द का अर्थ बहुत व्यापक एवं विस्तार है। इसमें समस्त मानवीय संस्करणों का समावेश हो जाता है। त्याग, तपस्या, वैराग्य, सहिष्णुता, कर्तव्य और प्रेम आदि अनेक गुणों का परिबोध 'चारित्र्य' शब्द से सहज हो जाता है।

यदि मनुष्य में चारित्र्य नहीं है, तो सब कुछ होते हुए भी वह खोसता है। ज्ञान जब क्रिया में उतरता है, तब वह चारित्र्य बनता है। भाचार-हीन विचार कभी-कभी बहुत मयकर सिद्ध होता है।

जो तत्त्व मनुष्य-जीवन को पशु जीवन से भिन्न करता है, उसे चारित्र्य कहते हैं। चारित्र्य, सदाचार और आचरण—इन सब का एक ही अर्थ है। चारित्र्य को तेजस्वी बनाने के लिए मनुष्य को आत्म-शोधन और आत्म-परीक्षण की बहुत बड़ी जरूरत है। चारित्र्य शील व्यक्ति सदा निर्भय रहता है। उसके मन में किसी प्रकार का भय नहीं होता। क्योंकि भय का जन्म पाप से होता है, चारित्र्यवान् मनुष्य पाप से विमुक्त रहता है।

एक मनुष्य बहुत दान करता है, परन्तु जितना वह दान करता है, उससे भी बहुत अधिक वस्तु उसके पास बच रहती है। दूसरा व्यक्ति बहुत थोड़ा देता है, किन्तु उसके पास इसके सिवा अन्य कुछ भी नहीं बचा है। निश्चय ही एक ने बहुत देकर भी कुछ नहीं दिया, और दूसरे ने थोड़ा देकर भी सब कुछ दे डाला है। त्याग का सम्बन्ध वस्तु से नहीं, मनुष्य की भावना से है। दान और त्याग—चारित्र्य के मुख्य अंग हैं।

आपने इतिहास में पढ़ा होगा कि राणा प्रताप ने कितने कष्ट सहन किए थे। यह चारित्र्य-बल का ही प्रभाव था कि राणा प्रताप जीवन-भर वन, पर्वत और जंगल में घूमते और घूल छानते रहे, कष्ट उठाते रहे, पर अपने आदर्श को नहीं छोड़ा। राजपूताने की हजारों नारियाँ जौहर कुण्ड में कूद कर मर गईं, पर उन्होंने अपना सतीत्व नहीं छोड़ा। गुरु गोविन्द सिंह के जीवित पुत्रों को दीवार में चिन दिया गया, पर उन्होंने अपना धर्म नहीं छोड़ा। आखिर, यह सब क्या है? यह सब आत्म-बल है, और यह चारित्र्य के पालन से ही आता है। चारित्र्य निष्ठ व्यक्ति मत्ता, सम्पत्ति और सम्मान—सब कुछ छोड़ सकता है, पर चारित्र्य को वह कभी नहीं छोड़ सकता।

चारित्र-वस ही मनुष्य संस्कृति का व्योतिर्मय दीपक है, जिससे मनुष्य का जीवन आभोक्षित रहता है। चारित्र ही मनुष्य को असत्य से हटाकर सत्य की ओर धन्यकार से हटाकर प्रकाश की ओर, तथा मरण से हटाकर अमरता की ओर ले जाता है।

एक मनुष्य जानता बहुत कुछ है, पर उसके अनुसार आचरण नहीं कर सकता। दूसरा जानता तो बहुत थोड़ा है, पर बितना जानता है उसमें को आचरण में उतारने का प्रयत्न करता है। दोनों में श्रेष्ठ कौन है? निश्चय ही जो ज्ञान को क्रिया में बदलता है जो विचार को आचार में बदलता है। मनुष्य अपने जीवन में जो भी महान् कार्य करता है, उसकी सफलता उससे चारित्र-वस पर ही आधारित है।

जीवन : एक कला

सौन्दर्य क्या है, और उसका अनुभव हम किस प्रकार कर सकते हैं ? इसके बारे में भिन्न-भिन्न विचार हो सकते हैं। परन्तु हमें विचारों के भ्रम-जाल में न फँस कर सूक्ष्म-बुद्धि से सौन्दर्य के महत्व को समझना है।

वास्तव में सौन्दर्य एक अनोखा तत्त्व है, जो हमारे चित्त को आकर्षित करता है। सौन्दर्य केवल आँखों से देखने की दर्शनीय वस्तु ही नहीं है, बल्कि वह सूर्य की किरणों की तरह जग-जीवन के हरेक पहलू को सूक्ष्मता से स्पर्श भी करता है।

सौन्दर्य में यह शक्ति है, कि वह मानव-चित्त पर अपने प्रभाव की अमिट छाप लगाता है, और इसीलिए सौन्दर्य का प्रभाव प्राणि-मात्र पर इतना होता है कि वह किसी भी हालत में उसकी उपेक्षा नहीं कर सकते। सौन्दर्य में वह दिव्य चमत्कार होता है कि वह मुरझाए मन को भी एक पल में उसी प्रकार

नद-धौतना देकर उस्तासपूर्ण बगा बैठा है। नयी तरंग मर बैठा है। जिस प्रकार से एक कुम्हरे हुए दीप को स्नेह-शान पुनः विकसित करता है।

अपने समुपम पुन के कारण सौन्दर्य एक सात्विक-तत्त्व है। यह धाम्यकार नहीं प्रकाश है। यह वासना का प्रेरक नहीं बाधक प्रेम का प्रतीक है। धाम की भौतिकवादी चारपा और आधुनिकता के समुराब-बस को सौन्दर्य को वासना का प्रेरक मानते हैं। उनकी मान्यता रूप-दर्शन तक ही मर्यादित है।

इसके विपरीत जो सौन्दर्य को कुल-भाही दृष्टि से देखते हैं, उनकी मान्यता के अनुसार सौन्दर्य भोग-सिप्सा को सहन नहीं कर सकता क्योंकि वासना-अन्य भोग सौन्दर्य के रूप-वर्ण के विपरीत है। सौन्दर्य का विकास-पवित्रता उदारता और पूजनीय भावों में ही सम्भव है। सौन्दर्य का यह दिव्य-रूप विश्व-कल्याण के संवर्धन में और मानव-मान का उत्थान करने में समर्थ एवं सगलमय सिद्ध होता है।

समस्त कलाओं का भूल-सौन्दर्य है। सौन्दर्य-तत्त्व की वहीपन शक्ति के बिना विश्व में किसी भी कला का सुजन संभव नहीं है। स्थिति नाम और मरसर पाकर सौन्दर्य-तत्त्व ने अनेक महा पुरुषों को दिव्यत्व प्रधान किया है। विश्व-अन्ध बाध में हृदय की कामसता और उदारता के रूप में सौन्दर्य की जो उद्भावना हुई उसने क्रूर राजनीति में भी विश्व-कल्याण के लिए मानव को अहिंसा का मरस प्रकट दिया और हँसते-हँसते अपने बल-स्थल में गोभी खाने में भी मरस्थी और तेजस्थी हो सके।

सौन्दर्य स्वभावतः सज्जासीम होता है। सौन्दर्य का विकास और समर्पण वही सम्भव है। वही उसे निवचन और निविकार

स्नेह का दान मिलता है, जिस प्रकार ब्रज की गोपियों को श्रीकृष्ण के स्नेह का दिव्य-दान मिलता रहता था। सौन्दर्य की कोई सीमा नहीं, वह एक व्यापक तत्त्व है। सौन्दर्य निखिल निसर्ग की सुषुमा है। तारों में प्रकाश, फूलों में रंग और सुरभि, वृक्षों में प्रफुल्लता, नारी में कोमलता और लज्जा, नर में कठोरत्व और वीरत्व-भाव, ज्ञानी में विचार-गाम्भीर्य, योगी में कुशलता और साधक में साधकत्व तथा तरुण जनो में सौष्ठव—सौन्दर्य ने अपना साम्राज्य जगती के कण-कण में बिखेर रखा है, और अणु-अणु में उसकी छवि छिटक रही है। सौन्दर्य का साम्राज्य प्रकाश से भी आगे तक फैलता है। सौन्दर्य सुमन की सुरभि सृष्टि में सर्वत्र है, देखने के लिए कला के नेत्रों की आवश्यकता है।

स्वस्थता के आधार

मनुष्य का सबसे बड़ा वन है—उसका स्वास्थ्य उसका धारोम्य । यदि मनुष्य निर्बल होकर भी स्वस्थ है तो वह अपने जीवन में सुखी रह सकता है । परन्तु यदि मनुष्य कमजोर होकर भी बल रहता है तो वह दुःखी है । सबसे बड़ा सुख स्वस्थता ही है । स्वास्थ्य और धारोम्य से बढ़कर और कीमती सुख है ? यदि स्वस्थता नहीं है, तो उपभोग की समस्त वस्तुएँ भी व्यर्थ हैं ।

मन और तन का सहज विकास और अपने नियत कार्य करने की शक्ति का नाम ही तो धारोम्य एवं स्वास्थ्य है । तन धात्मा का घर है । शरीर के भीतर मन की अद्भुत शक्ति प्राण शक्ति और धात्म-शक्ति निघमान है । धत शरीर का स्वस्थ रहना आवश्यक है । शरीर जितना स्वस्थ रहेगा मन और धात्मा भी उतने ही स्वस्थ और प्रसन्न रहेंगे । 'बलवति शरीरे बलवान् धात्मा'—'बलवान् शरीर में धात्मा भी बलवान् होगा ।

आत्मा की शक्ति की अभिव्यक्ति मन और तन के माध्यम से ही होती है। धर्म-साधना का आधार भी तो यह तन ही है। चिन्तन का आधार मन है। अतः चिन्तन के लिए मन का और धर्म-साधना के लिए तन का स्वस्थ रहना बहुत ही आवश्यक है, स्वस्थता परम धर्म है।

मन की स्वस्थता के आधार तीन हैं—प्रसन्नता, शान्ति, और स्थिरता। मन में सदा प्रसन्नता रहे, मन में सदा शान्ति रहे, और मन में सदा स्थिरता-एकाग्रता रहे, तो मन स्वस्थ रह सकता है। काम, भय और चिन्ता—ये मन की प्रसन्नता का अपहरण करते हैं। क्रोध, मान और ईर्ष्या—ये मन की शान्ति को भग करते हैं। हीन-भाव, शोक और वासना—ये मन की स्थिरता-एकाग्रता को नष्ट करते हैं। मन को स्वस्थ रखने के लिए उक्त विकारों को नष्ट करना ही होगा, तभी मन स्वस्थ रह सकेगा। स्वस्थ मन की क्रियाओं का तन पर भी बहुत अच्छा प्रभाव पड़ता है।

तन की स्वस्थता का आधार है—आहार और विहार। आहार का अर्थ है—भोजन, और विहार का अर्थ है—रहन-सहन। मनुष्य क्या खाता है? कितना खाता है? कब खाता है? इस सम्बन्ध में वैद्यक ग्रन्थों में कहा गया है कि जो मनुष्य हितभुक् और मितभुक् रहता है, वह कभी वैद्य के द्वार पर नहीं जाता है, क्योंकि तन के रोग अधिकांशतः भोजन से उत्पन्न होते हैं। परन्तु जो व्यक्ति पथ्य-भोजन और अल्प-भोजन करता है, वह कभी बीमार ही क्यों पड़ेगा? और उसे वैद्य के घर जाने की आवश्यकता भी क्यों पड़ेगी?

सोमदेव सूरि ने भी अपने एक ग्रन्थ में कहा है—“यो मितं

मुश्किलें स बहुत मुश्किलें । जो कम खाता है वह बहुत खाता है । परिमित भोजन करने वाला व्यक्ति स्वस्थ रहता है बसवान् रहता है और दीर्घ-जीवी रहता है ।

भगवान् महावीर ने भोजन-संयम पर बहुत बल दिया है । उन्होंने कहा है कि साधक को मात्रा होना चाहिए, अपने भोजन का परिमाण जानने वाला होना चाहिए । 'मित्रं कामेन मुच्यते । समय पर और थोड़ा भोजन करे । जो व्यक्ति 'सूर्य-प्रमाण भोजी' होता है, मुच्यते से शाम तक चरता ही रहता है, वह आत्म साधना नहीं कर सकता ।

बुद्ध ने भी भोजन-संयम के विषय में कहा है कि—“जो व्यक्ति अपने भोजन की मात्रा का परिज्ञान नहीं रखता है—उसके मन की बुरी कृति उसको जैसे ही पीड़ित करती है, जैसे दुर्धन बुद्ध को पचन । भोजन मनु को काम धाकर दबा सेता है ।

भोजन-संयम के विषय में बापू जी ने भी कहा था—“मेरे धामन में प्रवेश करने वाले के लिए मेरी सब से पहली सतर्त है—रसना-संयम । अपनी अज्ञान पर काबू करना । अज्ञान मनुष्य को चटोरा और बकड़ बना सकती है । यतः अज्ञान पर काबू रहना ही चाहिए ।

मरिच पीने से मीठ जाने से अण्डा चबाने से और अन्य प्रकार के तामस पदार्थों के भक्षण से तथा पान करने से मनुष्य स्वस्थ नहीं रह सकता । तामस पदार्थ मन की शक्ति और तन की शक्ति को नष्ट करते हैं । यतः स्वस्थता प्राप्त करने वाले लोगों को उक्त प्रकार के तामस पदार्थों का सर्वथा त्याग करना चाहिए ।

तामस पदार्थों की तरह ही अजस पदार्थ भी स्वास्थ्य को हानि पहुंचाते हैं । गिरच-मछाले लटवाई-मिठवाई और चटनी

आदि सब राजस पदार्थ हैं। उक्त पदार्थ तामस की तरह निन्दा के योग्य तो नहीं हैं, फिर भी स्वास्थ्य को हानि पहुँचाने वाले तो हैं ही।

सात्त्विक पदार्थों के भक्षण से, पान से और सेवन से तन को ताकत मिलती है और मन को स्फूर्ति मिलती है। घृत, दुग्ध, दधि और तक्र आदि सब सात्त्विक पदार्थ हैं। हरी सब्जी भी सात्त्विक पदार्थ मानी जाती है।

युवक के रहन-सहन का प्रभाव भी उसके स्वास्थ्य पर पड़ता है। अतः मनुष्य का रहन सहन भी सीधा-सादा होना चाहिए। तभी वह स्वस्थ एवं प्रसन्न रह सकता है।

धमण-संस्कृति का सार

धमण-संस्कृति आत्मा की संस्कृति है। आत्मा के संस्कार को मन के परिमार्जन को और बुद्धि के प्रशामन को धमण-धर्म में धमण-विचारवाच में और धमण-संस्कृति में बड़ा महत्त्व दिया गया है। बाहरी जीवन की अपेक्षा उसने भीतरी जीवन को संभालने का अधिक काम किया है। वह साधक को भोग से योग की ओर, विसास से वैराग्य की ओर तथा प्रवृत्ति से निवृत्ति की ओर ले जाती है।

धमण का धर्म है—तपस्या करने वाला साधक। धन का धर्म है—जीतने वाला। किम को जीतने वाला? अपने मनो विकारों को। काम क्रोध और मोह धनवा राग द्वेष और मोह—ये आत्मा के विकार हैं। उन्ध शीशों के संस्कार करने को संस्कृति कहते हैं।

जो तपस्वी होगा, वह विजेता अवश्य होगा, और जो विजेता होगा, वह तपस्वी अवश्य होगा। श्रमण-संस्कृति का मार है—अहिंसा। अहिंसा वह महान् विचार है, जो आज विश्व की शान्ति का सर्वश्रेष्ठ साधन समझा जाने लगा है और जिसकी श्रमोद्योग शक्ति के सम्मुख ससार की समस्त संहारक शक्तियाँ कुण्ठित होती दिखाई देने लगी हैं।

श्रमण-संस्कृति का महान् सन्देश है कि—कोई भी मनुष्य समाज से सर्वथा पृथक् रहकर अपना अस्तित्व कायम नहीं रख सकता। जब यह निश्चित है कि व्यक्ति समाज से अलग नहीं रह सकता, तब यह भी आवश्यक है कि वह अपने हृदय को उदार बनाए और जिन लोगों से खुद को काम लेना है या जिनको देना है, उनके हृदय में अपनी ओर से पूर्ण विश्वास पैदा करे। जब तक मनुष्य अपने समाज में अपनेपन का भाव पैदा न करेगा, जब तक दूसरे लोग उसको अपना आदमी न समझेंगे और वह भी दूसरों को अपना आदमी न समझेगा, तब तक समाज का कल्याण नहीं हो सकता। एक दूसरे का आपस में अविश्वास ही विनाश का कारण बना हुआ है।

भगवान् महावीर ने तो राष्ट्रो में परस्पर होने वाले युद्धों का हल भी अहिंसा के द्वारा ही बतलाया है। उनका आदर्श है कि धर्म-प्रचार के द्वारा ही विश्व-भर के प्रत्येक मनुष्य के हृदय में यह जैचा दो कि वह 'स्व' में ही सन्तुष्ट रहे, 'पर' की ओर आकृष्ट होने का कभी भी प्रयत्न न करे। 'पर' की ओर आकृष्ट होने का अर्थ है—दूसरों के सुख-साधनों को देखकर लालायित होना और उन्हें छीनने का दुस्साहम करना।

धम्म संस्कृति का धर्म आधार है कि—प्रत्येक मनुष्य अपनी उचित धारण्यता की पूर्ति के लिए ही उचित साधनों का सहारा लेकर उचित प्रयत्न करे। धारण्यता से अधिक किसी भी मुक्त सामग्री का संग्रह कर रखना जोरी है। व्यक्ति समाज धर्मवा राष्ट्र क्यों बढ़ते हैं? केवल इसी अनुचित संग्रह-वृत्ति के कारण। दूसरों के जीवन की तथा जीवन के मुक्त-साधनों की उपेक्षा करके मनश्च कभी भी मुक्त शान्ति प्राप्त नहीं कर सकता। यहिहा के बीच धर्मसंग्रह-वृत्ति में ही दूके जा सकते हैं।

हीन-कुरों के द्वारा उपविष्ट यहिहा प्राप्त की मान्यता के अनुसार निष्क्रिय रूप नहीं है। वे यहिहा का धर्म—प्रेम परांपकार एवं विषय-अनुत्पन्न करते हैं। स्वयं धामन्य से जीवा और दूसरों को जीने दो हीन-कुरों का धारण्य वहीं तक सीमित नहीं है। उनका धारण्य है—दूसरों के जीने में मदद करो बल्कि धर्मवर धामे पर दूसरों के जीवन की रक्षा के लिए अपने जीवन को प्राकृति भी दे डालो। वे उस जीवन को कोई महत्त्व नहीं देते जो जन-सेवा के मार्ग से सर्वथा दूर रह कर एक-मात्र अपने स्वार्थ में ही उलझा रहता है।

जो दूसरा की सेवा करता है, वह भी दूसरों की सेवा का सेवा-फल पाता है। जिसने मुक्त-भाव से जग को प्यार किया है, उसने सब जग से प्रेम एवं प्यार ही पाया है। विरोधी को भी अपने अनुकूल बनाने की यहिहा में अशुभ शक्ति है। वस्तुतः यहिहा ही धम्म-संस्कृति का सारतत्त्व है। धम्म-संस्कृति का पालन करने के लिए कीम-सा उपाय सर्व-मुक्त और सर्वश्रेष्ठ है। कदाचित् यह प्रकट आपके मन और मस्तिष्क में एक सौम्य सम्बन्धी विज्ञासा पैदा करेगा। इस विज्ञासा की सन्तुष्टि के लिए

जो तपस्वी होगा, वह विजेता अवश्य होगा, और जो विजेता होगा, वह तपस्वी अवश्य होगा। श्रमण-संस्कृति का मार है—अहिंसा। अहिंसा वह महान् विचार है, जो आज विश्व की शान्ति का सर्वश्रेष्ठ माधन समझा जाने लगा है और जिसकी श्रमोद्योग शक्ति के सम्मुख ससार की समस्त संहारक शक्तियाँ कुण्ठित होती दिखाई देने लगी हैं।

श्रमण संस्कृति का महान् सन्देश है कि—कोई भी मनुष्य समाज से सर्वथा पृथक् रहकर अपना अस्तित्व कायम नहीं रख सकता। जब यह निश्चित है कि व्यक्ति समाज से अलग नहीं रह सकता, तब यह भी आवश्यक है कि वह अपने हृदय को उदार बनाए और जिन लोगों से खुद को काम लेना है या जिनको देना है, उनके हृदय में अपनी ओर से पूर्ण विश्वास पैदा करे। जब तक मनुष्य अपने समाज में अपनेपन का भाव पैदा न करेगा, जब तक दूसरे लोग उसको अपना आदमी न समझेंगे और वह भी दूसरों को अपना आदमी न समझेगा, तब तक समाज का कल्याण नहीं हो सकता। एक दूसरे का आपस में अविश्वास ही विनाश का कारण बना हुआ है।

भगवान् महावीर ने तो राष्ट्रीय में परस्पर होने वाले युद्धों का हल भी अहिंसा के द्वारा ही बतलाया है। उनका आदर्श है कि धर्म-प्रचार के द्वारा ही विश्व-भर के प्रत्येक मनुष्य के हृदय में यह जैचा दो कि वह 'स्व' में ही सन्तुष्ट रहे, 'पर' की ओर आकृष्ट होने का कभी भी प्रयत्न न करे। 'पर' की ओर आकृष्ट होने का अर्थ है—दूसरों के सुख-साधनों को देखकर लालायित होना और उन्हें छीनने का दुस्साहम करना।

धम्मज संस्कृति का आधार धार्मिक है कि—प्रत्येक मनुष्य अपनी उचित आवश्यकता की पूर्ति के लिए हो उचित साधनों का सहारा लेकर उचित प्रयत्न करे। आवश्यकता से अधिक किसी भी सुख-सामग्री का संग्रह कर रचना खोरी है। व्यक्ति समाज अपना राष्ट्र क्यों सहेते हैं? केवल इसी अनुचित संग्रह-वृत्ति के कारण। दूसरों के जीवन की तथा जीवन के सुख-साधनों की उपेक्षा करके मनस्य कभी भी सुख-प्राप्ति प्राप्त नहीं कर सकता। यहिहा के बीच अपरिग्रह-वृत्ति में ही बूढ़े का सकते हैं।

तीर्थ-दूतों के द्वारा उपविष्ट यहिहा मात्र की मान्यता के अनुसार निष्क्रिय कम नहीं है। वे यहिहा का धर्म—प्रेम परीपकार एवं विश्व-कल्याण करते हैं। स्वयं ध्यानन्द स जीमा धीर दूतों को जीने दो तीर्थ-दूतों का धार्मिक यही तक सीमित नहीं है। उनका धार्मिक है—दूसरों के जीने में मदद करो बल्कि धर्मसर धाने पर दूसरों के जीवन की रक्षा के लिए अपने जीवन की प्राप्ति भी दे जानो। वे उस जीवन को कोई महत्त्व नहीं देते जो बल-सेवा के मार्ग से सर्वथा दूर रह कर एक-मात्र अपने स्वार्थ में हो उभरता रहता है।

या दूसरा की सेवा करता है, वह भी दूसरों की सेवा का सेवा-फल पाता है। जिसने सुख-भाव से कम को प्यार किया है, उसने सदा कम से प्रेम एवं प्यार ही पाया है। विरोधी को भी अपने अनुकूल बनाने की यहिहा में पर्याप्त शक्ति है। वस्तुतः यहिहा ही धम्मज-संस्कृति का सार तत्त्व है। धम्मज-संस्कृति का पालन करने के लिए जीवन-सा उपाय सर्व-सुखम धीर सर्वश्रेष्ठ है। कदाचित् यह प्रत्येक आपके मन धीर अस्तित्व में एक जोन सम्बन्धी विज्ञाना सेवा करेगा। इस विज्ञाना की सन्तुष्टि के लिए

बहुत साधा-सादा है, अर्थात्— ग्राहमी का व्यावहारिक जीवन में
ढाल लेना ही श्रमण-संस्कृति की सच्ची साधना है ।'

संस्कृति की अन्तरात्मा

जैन-संस्कृति धन-जन की संस्कृति रही है। धन-धर की पवित्रता और विचार की विराट्ता जैन-संस्कृति का सून आधार है। यह संस्कृति गुणों के विकास को महत्त्व देती है। किसी भी व्यक्ति और कुल की ऊँचता-नीचता को नहीं। जैन-संस्कृति व्यक्ति कुल धर्म और धर्म के सम्बन्धों से मुक्त होकर धन-जन को धर्म और विशेष से दूर हटा कर एकत्व और आत्मता का सम्बोध देती है। यह मानव की विराट्ता और महान् बनाने की प्रेरणा करती है।

मनुष्य का जीवन केवल उसी तक सीमित नहीं है वह जिस समाज और राष्ट्र में रहता है उसका प्रति भी उसका कर्तव्य है। कर्तव्य से पराङ्मुख होकर मानने में मनुष्य का गौरव नहीं है उसका शौर्य है हठारा-हठार बाधाओं को स्तब्धता को पार करके अपने कर्तव्य-धर्म को जन-कल्याण की भावना से करते जाना। इस निःस्वार्थ कर्म-जीवन में यदि उसे जनता का स्वागत

सत्कार मिले तो क्या ? और यदि चारो ओर से हजार-हजार कण्ठ स्वरो से विरोध मिले, तो भी क्या ?

मनुष्य अपने जीवन में अहिंसा, सत्य और सहयोग की भावना अपनाकर ही अपना विकास कर सकता है । सम्प्रदायवाद, जातिवाद और वैर-विरोध की नीति उसके विनाश के लिए है, विकास के लिए नहीं । जैन-संस्कृति कहती है, कि मनुष्य स्वयं ही देवत्व और दानवत्व में से किसी भी एक व्यक्ति को चुन सकता है । वह देव बन कर ससार के सामने ऊँचा आदर्श रख सकता है । मनुष्य स्वयं अपने भाग्य का स्वामी है, जीवन का सम्राट् है । विचार और विवेक से वह बहुत ऊँचा उठ सकता है । मनुष्य के विकास में ही समाज और राष्ट्र का भी विकास है, और उसके पतन में उनका भी पतन ही है ।

जैन-संस्कृति विचार स्वतन्त्रता को मुख्यता देती है । अन्ध विश्वास, अन्ध-परम्परा और रुढ़िवाद का विरोध करती है । सत्य जहाँ कहीं भी मिलता हो, ग्रहण कर लेना चाहिए । जो सत्य है, वह सब मेरा है, यह जैन-संस्कृति का आघोष रहा है । जैसे दूध में से मन्थन द्वारा घृत निकल आता है, वैसे लोक-जीवन के मन्थन से जो सत्य निकलता है, वह सब अपना ही है । हाँ, मनुष्य का मनन और मन्थन क्षीण नहीं हो जाना चाहिए । यदि उसमें विवेक शक्ति नहीं रही, तो फिर अर्थ का अनर्थ भी होते क्या देर लगती है ?

आज के प्रत्येक धर्म के नीचे इतना कूड़ा-करकट एकत्रित हो गया है कि जिससे धर्म का वास्तविक स्वरूप ही नष्ट होने लगा है । विवेक और ज्ञान के प्रवाह से उसे बहा देना चाहिए । जैन-संस्कृति का मीठा विरोध अन्ध-विश्वास और अज्ञानता से है ।

भारत के बहुत से लोग कहते हैं— 'नर और नारी में बहुत बड़ा भेद है। नारी नर के समान कार्य नहीं कर सकती। यह भी एक धन्ध-विश्वास है। मेरा अपना विश्वास तो यह है, कि क्या शौरिक और क्या भोकोत्तर—सभी कार्यों में नारी ने अपनी विशेषता सिद्ध कर ली है। धारम-साधना जैसे बटिम तथा विषम कार्य में भी वह नर से पीछे नहीं रही है। जैन-संस्कृति कहती है—समाज स्त्री रथ के नर और नारी बराबर के पहिए हैं, जिससे कि समाज की प्रगति होती रहती है।

सत्य के महापथ पर अग्रसर होने वाले नर हों नारी हों बाल हों या बूढ़ हों ? उन सभी का जीवन समाज और राष्ट्र के लिए मङ्गलमय बरवान है।



व्यक्ति और समाज

व्यक्ति और समाज का परस्पर वही सम्बन्ध है, जो सागर के एक बिन्दु का महासिन्धु से होता है। जिस प्रकार बिन्दु-बिन्दु से मिलकर एक महासिन्धु बन जाता है, उसी प्रकार व्यक्ति-व्यक्ति से मिलकर एक समाज बनता है। मनुष्य समाज के बिना जीवित नहीं रह सकता। समाज से भिन्न उसका अस्तित्व सम्भव नहीं है। इस आधार पर यह कहा जा सकता है कि व्यक्ति का विकास तभी सम्भव है, जब कि वह समाज में अपना विलय कर दे। क्योंकि समाज में अलग रह कर मनुष्य का काम नहीं चल सकता।

व्यक्ति समाज को और समाज व्यक्ति को प्रभावित करता है। व्यक्ति का आचार समाज का आचार बन जाता है और व्यक्ति का विचार समाज का विचार बन जाता है। इसी प्रकार समाज का आचार और समाज के विचार का प्रभाव भी व्यक्ति पर सन्कटित है। व्यक्ति समाज में, और समाज व्यक्ति

को देता है। व्यक्ति और समाज का यह आधान-प्रधान ही वस्तुतः मानव की सामाजिकता का मूल आधार है।

समाज के विकास में व्यक्ति का विकास और व्यक्ति के विकास में समाज का विकास निहित रहता है। समाज बैठन नहीं बढ़ा है। उसमें क्रिया नहीं विचार-शक्ति नहीं। यद्यपि उसे मोड़ने वाला व्यवस्था गतिशील बनाने वाला व्यक्ति ही होता है। व्यक्ति के समाज में समाज कुछ भी नहीं कर सकता। समाज के युग में व्यक्ति और समाज के सम्बन्ध को लेकर एक विचार उठ खड़ा हुआ है। व्यक्ति का शासन समाज पर हो व्यवस्था समाज का शासन व्यक्ति पर हो ? समाज चारों ओर व्यक्ति की स्वतन्त्रता के लिए संघर्ष रीज पड़ता है। किन्तु यहाँ हमें इस बात पर ध्यान रखना चाहिए कि व्यक्ति-स्वतन्त्रता का अर्थ—स्वच्छन्दता नहीं है। स्वतन्त्रता और स्वच्छन्दता में बड़ा अन्तर है। स्वतन्त्रता में संयम रह सकता है परन्तु स्वच्छन्दता में बड़ा संयम टिक नहीं सकता। समाज को मिटाकर व्यक्ति जीवित नहीं रह सकता और व्यक्ति को दमन करके समाज दल-धूल नहीं सकता। व्यक्ति और समाज के उचित संतुलन में दोनों का विकास हो सकता है। इसी तथ्य को हिन्दी साहित्य के महाकवि जयमकर प्रसाद ने अपने महाकाव्य 'कामायनी' में समिध्वा कहा है—

‘अन्धों में तब कुछ जर
 की है व्यक्ति विकास करना ?
 यह एकमात्र मार्ग जीवन है,
 अपना नाम करना ।’

व्यक्ति पर आस-पास के आतावरण का प्रभाव या बुरा प्रभाव अत्यन्त पड़ता है। बहुत कम व्यक्तियों में यह क्षमता होती है कि

वे वातावरण को अपने अनुकूल बना सके। अन्यथा व्यक्ति जैसा वातावरण देखता है, वैसा ही अपने-आप को बनाने का प्रयत्न करता है। अतः परिस्थिति और वातावरण को अपने प्रतिकूल न बनने दो। व्यक्ति का विचार और उसका कार्य कभी-कभी प्रतिकूल परिस्थिति को भी अनुकूल बना लेते हैं। व्यक्ति को चाहिए कि वह कभी ऐसा कार्य न करे, जिससे समाज को क्षति पहुँचे अथवा समाज का सतुलन छिन्न-भिन्न हो जाए। दूसरो के प्रति सद्व्यवहार और सद्भावना रखने से समाज अनुकूल बनता जाएगा। यदि स्वयं अच्छे बनने का प्रयत्न करोगे, तो समाज भी अच्छा ही बनेगा। क्योंकि समाज का अच्छापन या बुरापन व्यक्ति के अच्छेपन या बुरेपन पर आधारित है। समाज के सुधार का आरम्भ भी व्यक्ति के सुधार से होना चाहिए। प्रयत्न करो कि तुम स्वयं ऊँचे उठ सको, जिससे समाज भी उन्नत एवं विकसित हो सके तथा वह प्रगतिशील बन सके। व्यक्ति के विकास पर ही समाज का विकास आधारित है।

प्रत्येक व्यक्ति को समाज से संरक्षण प्राप्त करने का अधिकार प्राप्त है। किन्तु यही अधिकार दूसरे व्यक्ति को भी प्राप्त है। अतः दूसरों के अधिकारों पर कभी आघात न करो। यदि आप अधिकार चाहते हो, तो अपने कर्तव्यों को भी पूरा करने का ध्यान रखो। व्यक्ति और समाज का समन्वय एक ही बात पर आधारित है कि—‘प्रत्येक व्यक्ति जीवित रहे और दूसरे को भी जीवित रहने दे।’

पतझर और वसन्त

मनुष्य के जीवन में कभी कुछ तो कभी कुछ । जीवन की चारा कभी एक रस नहीं रहती कभी सम तो कभी विषम । मनुष्यता और प्रतिदुम्भता के भूमे पर भूसते रहना ही वस्तुतः मानव का स्वभाव है । उसके जीवन क्षितिज पर कभी धमिलारी रात घानी है, तो कभी उबला दिन भी आता है । उसका जीवन एक ऐसा जीवन है, जो कभी निराशा के बहरे गर्त में पहुँचता है, तो कभी आशा के उज्ज्वल चिह्न पर । जीवन की बाटिका में कभी घपड़ पतझर आता है तो कभी सुन्दर वसन्त भी वहाँ पर मुस्कुरा उठता है । पतझर के बाद वसन्त और वसन्त के बाद फिर पतझर—यही तो जीवन-क्रम है । महाकवि दिनकर ने जीवन की इसी परिभाषा को अपने काव्य में मधुर भाव में धमिल्यक्त किया है—

“सुनीं वर जाँतु के मोती और कम में आधा ।

मिट्टी के जीवन जो छोटी बड़ी-सुनी परिभाषा ॥

सुख और दुख में सम रहना ही वस्तुतः सच्ची जीवन-कला है। जब तक समत्व-योग की जीवन-कला अधिगत नहीं हो जाती है, तब तक मनुष्य अपने जीवन के लक्ष्य को संप्राप्त नहीं कर सकता। सुख आने पर फूल जाना और दुख आने पर कुम्हला जाना—यह भी क्या कोई जीवन है? अनामक्त योगी न शुभ का स्वागत करता है और न अशुभ का निरस्कार। वह अपनी राह पर मस्ती के साथ चलता है। न किसी की निन्दा का भय है और न किसी की प्रशंसा की अभिलाषा। वह अधिकार की अपेक्षा कर्तव्य को अधिक महत्त्व देता है। उसके पथ में आने वाले विकट संकट और लुभावने प्रलोभन उसे अपने पथ से विचलित नहीं कर सकते। वह उस कोकिल के समान नहीं है, जो मधु मांस में तो भूम-भूमकर मधुर कूजन करता हो, और पतञ्जर के नीरस क्षणों में किसी एकान्त स्थान में बैठकर अपने बीते दिनों को याद करता हो। जब तक पतञ्जर और वसन्त में समभाव पैदा नहीं होगा, तब तक मनुष्य अपने जीवन के वास्तविक आनन्द को प्राप्त नहीं कर सकेगा। जीवन के इसी महान् तथ्य को कवि 'सुमन' ने इस प्रकार प्रस्तुत किया है—

“साथी, इस कर्तव्य जगत में
मानव बनकर जीना होगा
अपने सुख-दुख के प्यालों को
जैसे भी हो पीना होगा
चलते चलो, करो जो करता,
व्यर्थ निराशा से डरते हो ?”

वह मनुष्य ही क्या, जो विकट संकट में अपनी धीरता को खो बैठे। वह पथिक ही क्यों, जो पथ की वाधाओं में व्याकुल

होकर सख पर पहुँचे बिना ही वापस लौट पड़े। वह साधक ही क्या जो मार्ग के फूलों से लों प्यार करे घोर सुओं से बूझा। जब तक पबिक के चरणों में चंगर जैसी दकता न होनी तब तक वह किसी भी सख पर पहुँचने का सपना संकल्प पूरा नहीं कर सकता। अपनी मस्ती में चलने वाला राही न फूस चुनने के लिए ठहरता है घोर न सुओं से ब्याकुल होकर लौटता है। वह हाँ मस्ती के साथ अपनी राह पर चलता रहता है। महादेवी वर्मा ने इसी दिव्य भाव का अपनी कविता की पंक्तियों में व्यक्त किया है—

“पंच होने जो अपरिचित प्राण रहने को चक्रेता !

घोर हवि चरण हारे,

अप्य है, जो लौटते है दून को संरक्ष्य हारे,

दुखवाती निर्माण कम्पार

बहु अमरता नाशो क्य

लौट हवि संक-संतुष्टि से क्षितिज में स्वर्त-वेला ।

मनुष्य दून में भाषाबादी है। भाषा पर ही उसका जीवन चल रहा है। भाषा जीवन है, घोर निराशा मरण। भाषा साहस है, घोर निराशा कायरता। भाषा का दीप जलाकर ही मनुष्य अपने मन में धाने वाले निराशा के अन्धकार को दूर भगा सकता है। जिस दिव्य आत्मा के हृदय में भाषा का उपोत्थिम्य दीप जल रहा हो भला उसे कैसा दुःख कैसी निन्ता घोर कैसी निराशा ? जिसने सब ईसमा सीका है वह रोना क्या जाने ? निराशा बहु दुःखन है, जहाँ भाषा की पतवार ही मनुष्य को तिनारे मनाती है। निराशा के अफोरे जब मनुष्य को बेमान घोर बेमुब कर डामते हैं, तब एकमात्र भाषा ही उनके जीवन का अमृत-बिन्दु बनता है।

जीवन के अन्तरिक्ष में कभी दुःख की काली घटाएँ आती हैं, तो कभी सुख का शुभ्र प्रकाश भी । दुःख में निराश क्यों होना, यह कुछ समझ में नहीं आता ? क्या पता यह दुःख ही हमें शिक्षा देने आया हो ? महाकवि रवीन्द्रनाथ ने कहा है—

“दुःख की शिक्षा का प्रदीप जलाकर अपने मन को खोजो । शायद तुमको अचानक अपने चिरकाल का धन हाथ लग जाए ।”

सुख में सभी आनन्द मानते हैं, परन्तु दुःख में सभी अकुला जाते हैं । सुख से इतना प्यार क्यों और दुःख से इतनी घृणा क्यों ? क्या सुख और दुःख एक ही जीवन शाखा के दो मधुर फल नहीं हैं ? दुःख अभिशाप नहीं है, एक सुन्दर वरदान है । दुःख एक वह तपस्या है, जिससे जीवन का कचन और भी अधिक निखरता है ।

अनुकूलता में मुस्कुराना महज है, परन्तु प्रतिकूलता में भी मुस्कुराने वाला निश्चय ही असाधारण पुरुष होता है । अनुकूलता और प्रतिकूलता—ये सब जीवन के खेल हैं । इनको एक चतुर खिलाड़ी के समान खेलना चाहिए ।

वसन्त के सुन्दर एवं सुरम्य राग-रग में झूमने वाली, अपने पीछे खड़े पतझर को न भूल जाना । विचार करो, यदि पतझर न आता, तो वसन्त कैसे आ सकता था । अन्धकार न जाए, तो प्रकाश कैसे आए ? पतझर से प्यार करने का अर्थ है—अपने जीवन का सही सही अकन । भले ही आप वसन्त से प्यार करें, किन्तु राम ने तो पतझर से ही प्यार किया था । गीता के अमर उपदेश श्रीकृष्ण ने वसन्त में नहीं, जीवन के पतझर में ही जन्म लिया था । भगवान् महावीर ने अपने जीवन के भरे-पूरे वसन्त को छोड़कर पतझर से ही प्यार किया था । बुद्ध जब अपने

राजसी बेभव से अब क्या तब उसे शान्ति और आनन्द जीवन के पतम्बर में ही मिला। भारत के चिन्तकों ने जून्प में से भी सब कुछ पाने का सफल प्रयत्न किया है।

पतम्बर और वसन्त—जीवन के दो पक्ष हैं। उन दोनों में से कौन सुन्दर है कौन असुन्दर ? इसका निर्णय करना कठिन होगा। मोदी वसन्त में झूमता है तो मोदी पतम्बर में ही अपनी योग-साधना खाबता है। फिर दोनों में से किस को सुन्दर कहा जाए और किस को असुन्दर ?

आत्म-विश्वास

दुर्बल वह नहीं है, जिसे आप दुर्बल समझते हैं। वस्तुतः दुर्बल वह है, जो अपने-आप को स्वयं दुर्बल समझता है। जिस व्यक्ति को अपनी शक्ति पर अपने बल पर स्वयं विश्वास नहीं है, वह दूसरो को क्या प्रेरणा दे सकेगा ? आत्म-विश्वास का अभाव ही वस्तुतः बहुत सी असफलताओं का कारण होता है। शक्ति के विश्वास में ही शक्ति है। वह व्यक्ति सब से कमजोर है, जिसको अपने-आप पर तथा अपनी शक्ति पर विश्वास नहीं होता। पथ का अवरोध ही मनुष्य को साहस, प्रेरणा और विश्वास प्रदान करता है। जल की तीव्र धारा जब समुद्र से मिलने का निश्चय करती है, तब पथ के पाषाण, शिला और शैल भी उसके मार्ग का अवरोध नहीं कर पाते हैं। जल-धारा अपना मार्ग स्वयं बना लेती है। कवि ने कहा है—

‘तब तार का कर्मड पानी
 चरानों के ऊपर चढ़कर,
 तार रहा है वैसे कतकर,
 लोड़ रहा है तब चरानी ।

प्रत्येक मनुष्य के जीवन में जब और ‘पराश्रय के क्षण आते ही रहते हैं । ‘जब से घासा और उन्मास का होना स्वाभाविक है किन्तु ‘पराश्रय के क्षणों में आत्म-विश्वास का बैठना सब से बड़ी असफलता है । जीवन में पराश्रय के क्षण आते ही हैं असफलता का सामना भी करना ही पड़ता है, किन्तु यह सब कुछ रोकर नहीं हँस कर करना चाहिए । जीवन के मोर्चे पर कभी मनुष्य को जब मिसनी है तो कभी पराश्रय । किन्तु इतने मात्र से मनुष्य को पराश्रय में अपना साहस नहीं खोना चाहिए और जब से अपना मार्ग नहीं भूल जाना चाहिए । दोनों में समान मात्र में स्थिर रहना चाहिए । यही जीवन की कला है । इस सम्बन्ध में एक कवि ने कहा है—

‘बुल न उठना बिजय कर्म से
 बुझी न होना जालर हार ।
 बिर कर उठना — बड़कर बिरना
 है यह जीवन का व्यापार ।

कवि ने हम पक्षियों में मानव-जीवन का सम्पूर्ण सार भर दिया है ।

आत्म-विश्वास सफलता के लिए अत्यन्त आवश्यक है । जिसका अपनी मन पर ही विश्वास नहीं है और जो अपनी शक्तियों पर विश्वास नहीं कर सकता वह अपनी कमजोरी से कैसे लड़ेगा ? मन की बुर्जलता सफलता में सब से बड़ी बाधा है ।

मनुष्य के लिए आत्म-विश्वास ही सब से बड़ी शक्ति है। इसके अभाव में वह महान् कार्य नहीं कर सकता। कोलम्बस के अद्भुत आत्म-विश्वास का ही फल था कि वह पृथ्वी को गोल सिद्ध कर सका। नैपोलियन के आत्म-विश्वास ने असम्भव को भी सम्भव बना दिया। मनुष्य किसी भी स्थिति में हो, कैसे भी तूफान के बीच हो, वह आत्म-विश्वास के सहारे ऊपर उठ सकता है, तूफान को पार कर सकता है। याद रखो, कि तुम स्वयं ही अपने सब से बड़े शत्रु हो, और तुम स्वयं ही अपने सब से बड़े मित्र हो। तुम अपनी शक्ति, अपने बल और अपने विश्वास से सारे ससार को जीत सकते हो। निश्चय करो, और जुट जाओ। तब पता चलेगा कि सफलता तुम्हारे चरणों पर लोट रही है। तुम्हारी चाही चीजें तुम्हारे पास खिंची चली आ रही हैं।

दृढ इच्छा शक्ति ही आत्म-शक्ति है। अपनी इच्छाओं पर अकुशल रखकर ही तुम अपनी आत्म-शक्ति को बढ़ा सकते हो। जीवन की सफलता के पथ पर आगे बढ़ने के लिए दृढ इच्छा-शक्ति की अत्यन्त आवश्यकता होती है। विचारों में जितनी दृढता होगी, आत्म-शक्ति भी उतनी बलवती होगी। आत्म-शक्ति के लिए विचार-बल तथा भावना की बड़ी आवश्यकता है। मनुष्य में बहुत बल है, यह विचार उससे भी अधिक बलवान् रूप देने के लिए और विचारों का सम्बन्ध मन पर होता है। राजा जनक ने मन कहा है—

“प्रबुद्धोऽस्मि,
जाग उठा हूँ, मैं

देख लिया है ।” मन क्या नहीं कर सकता ? उसकी गति अपार है, उसका बल अपार है । मन जो चाहे सोच सकता है—मच्छा भी घोर बुरा भी । साधक कहते हैं—“मनं पूर्णं समाचरेत् ।” अर्थात्—‘मन को सदा पवित्र रखो ।

मनुष्य के लिए आत्म-विश्वास ही सब से बड़ी शक्ति है। इसके अभाव में वह महान् कार्य नहीं कर सकता। कोलम्बस के अद्भुत आत्म-विश्वास का ही फल था कि वह पृथ्वी को गोल सिद्ध कर सका। नैपोलियन के आत्म-विश्वास ने असंभव को भी संभव बना दिया। मनुष्य किसी भी स्थिति में हो, कैसे भी तूफान के बीच हो, वह आत्म-विश्वास के सहारे ऊपर उठ सकता है, तूफान को पार कर सकता है। याद रखो, कि तुम स्वयं ही अपने सब से बड़े शत्रु हो, और तुम स्वयं ही अपने सब से बड़े मित्र हो। तुम अपनी शक्ति, अपने बल और अपने विश्वास से सारे ससार को जीत सकते हो। निश्चय करो, और जुट जाओ। तब पता चलेगा कि सफलता तुम्हारे चरणों पर लोट रही है। तुम्हारी चाही चीजें तुम्हारे पास खिंची चली आ रही हैं।

दृढ इच्छा शक्ति ही आत्म-शक्ति है। अपनी इच्छाओं पर अकुशल रखकर ही तुम अपनी आत्म-शक्ति को बढ़ा सकते हो। जीवन की सफलता के पथ पर आगे बढ़ने के लिए दृढ इच्छा-शक्ति की अत्यन्त आवश्यकता होती है। विचारों में जितनी दृढता होगी, आत्म-शक्ति भी उतनी ही बलवती होगी। आत्म-शक्ति के लिए विचार-बल तथा चरित्र-बल की बड़ी आवश्यकता है। मनुष्य में बहुत बल है, यह माना, परन्तु विचार उससे भी अधिक बलवान् है। भावना को क्रियात्मक रूप देने के लिए विचारों की आवश्यकता होती है। आत्म-शक्ति और विचारों का सम्बन्ध मन से है। ज्ञानी लोगो ने मन को व्याघ्र कहा है। राजा जनक ने मन को चोर कहा है। राजा जनक कहता है—
“प्रबुद्धोऽस्मि, प्रबुद्धोऽस्मि, दृष्टश्चोरो मयात्मन ।” अर्थात्—“मैं जाग उठा हूँ, मैं जाग उठा हूँ, आत्मा के चुराने वाले चोर को मैंने

आत्मा का स्वभाव क्या है ? और उसका विभाव क्या है ? यह जान लेना विद्या है। महान् दार्शनिक यशोविजय जी के शब्दों में—“स्वभाव-भाव-संस्कार कारणें आविर्भावते। अर्थात् आत्मा के स्वभाव-भाव के संस्कार में जो भाव-वचन कारण बनता है वही सच्चा है वही वास्तविक विद्या है। शेष जो कुछ ज्ञान है वह तो बुद्धि-विमोह मात्र है। आत्मा और कर्म के अनादि संस्लेष को विलेप में परिणत कर देना यह कर्मा है। जानना विद्या और उसके अनुसार चम पड़ना कर्मा है।

आगम की भाषा में साधक को—‘विद्या चरम-वार्त्ते’ कहा गया है। समस्त-संस्कृति में जीवन का यह एक विशुद्ध संसक्य है। विद्या और चरण में ज्ञान और चरित्र में वारंगत होना साधक की साधना का अन्त्य-विन्दु है। जिस साधक ने अपने साधना बल से विशुद्ध विद्या और परिम साधरण प्राप्त कर लिया वह कृत-कृत्य हो गया। जीवन्मुक्त हो गया। विद्या और कर्मा की सच्ची उपासना मनुष्य को अविद्वन्त और सिद्ध पर पर पहुँचा देती है।

विद्या और कला

मानव जीवन में विद्या और कला का विशेष स्थान रहा है। कहना होगा, कि विद्या और कला हीन मानव, मानव ही नहीं। शुक्राचार्य ने अपने नीति ग्रन्थ में कहा है—“सर्व विद्यास्वनध्यासो जराकारी कलासु च ।” अर्थात् जब मनुष्य के मन में नयी विद्या और नयी कला सीखने की स्फूर्ति न रहे, तब समझ लेना चाहिए कि वह अब जरा-क्रान्त हो चला है, जीवन के अस्ताचल पर जा पहुँचा है।

विद्या जीवन का प्रकाश है, और कला जीवन की गति। विद्या जीवन की शक्ति है, और कला जीवन की अभिव्यक्ति। विकास, अभ्युदय और समुन्नति के लिए दोनों की तुल्यवलेन उपासना करना आवश्यक ही नहीं, बल्कि अपरिहार्य भी है। अन्ध-पगु न्याय सस्कृत में प्रसिद्ध है। अन्धा देख नहीं सकता, चल सकता है। और पगु चल सकता है, पर देख नहीं सकता। दोनों का समन्वय ही मानव जीवन का एक महान् आदर्श है।

अपने दोषों को धूल कर अपने धनगुणों की भी गुण समझने की शूल करना — 'यही तो है पतन का पथ ।'

एक विचारक ने अपनी पुस्तक में लिखा है, कि—“प्रत्येक कार्य में छोटी-छोटी सुझों का भी पता पा लेना सफल जीवन का और साधक जीवन का परमोच्च रहस्य है। जिस रंग से व्यवसायी अपने रोकड़ मिनाता है उसी रंग से ही साधक को भी अपने जीवन का हिमाचल-किशोर साफ रखना है। एक पैसे की धूल से भी रोकड़ मजबूत होती है, उसी प्रकार एक भी ब्रुटि में मने ही वह नगण्य भी क्यों न हो—साधक का धन-जीवन सुनिश्चित एवं मजबूत बन जाता है।

संस्कृत भाषा में एक शब्द है— 'दोषज्ञः। सामान्यतः इसका अर्थ होता है—दोषों को जानने वाला। विशेषतः इसका अर्थ है— 'पण्डित'। एक पाचार्य ने कहा है— 'मनुष्येण दोषेभ्यः भविष्यत्'। मनुष्य को दोष-दर्शी होना चाहिए। दोष देखना पण्डित का मन्त्र है। जो धूल देख सकता है धूल पकड़ सकता है, वही सच्चा पण्डित है।

पर प्रश्न उपस्थित होता है कि दोष किस क देखें ? अपने या पराये ? पराये दोष देखते-देखते ही अनन्त-काल हो गया परन्तु आत्मा का क्या सधा उससे ? अतः फलित हुआ कि अपने दोषों को देखो उन्हें उसी क्रूरता से पकड़ो जितनी क्रूरता से दूसरों के दोषों को पकड़ते हो। जिसने अपने को पकड़ा अपनी चोरी पकड़ी, वही सच्चा पण्डित है वही सच्चा साधक है।

अपने स्वभाव अपने विचार और अपने व्यवहार की परीक्षा करने से मनुष्य को अपनी बहुत-सी कमचोरियों का पता चल जाता है। दूसरों को धूपन देने की अपेक्षा अपने को हो

जीवन का स्वस्थ दृष्टिकोण

‘दूसरो के दोषो को देखना’ जितना सरल है, अपने आत्म-स्थित दोषो को देख सकना, उतना ही कठिन है। मनुष्य अपने ही गज से जब अपने आप को नापता है, अपनी ही विचार-तुला मे जब अपने-आप को तोलने बैठता है, और अपने ही दृष्टिकोण से जब अपने-आप को परखता है, तब नि सदेह वह अपने को ज्ञानी विवेकी और अनुभवी समझने लगता है। उसने अपने सम्बन्ध में जो कल्पना कर ली है, एक मानसिक चित्र तैयार कर लिया है, उसके विपरीत जब कोई मनुष्य विचार करता है या बोलता है, अथवा प्रवृत्ति करता है, तब वह उसे अपना विरोधी, वैरी और घातक घोषित कर देता है। उसके सम्बन्ध में जन-जन के मानस में द्वेष, घृणा और नफरत फैलाता फिरता है। उसे निन्दक और आलोचक कहता है।

वस्तुतः वह स्वयं ही अपना वैरी है, विरोधी है, और है अपना परम शत्रु। अपनी योग्यता से अधिक अपने को समझना

स्वीकार करते तो उन्हें यह भी देखना चाहिए, कि कहीं उनमें स्वयं गुस्सा का प्रभाव तो नहीं है ? यदि किसी अभिभावक में अभिभावकत्व नहीं है तो फिर उसका सत्कार सम्मान और पूजा का स्वप्न देखना भी व्यर्थ है । गुन लगने से ही किसी को मोहन नहीं मिलता । प्रत्येक अभिजात्या की प्रति त्याग और धर्म-साध्य होती है । किसी पूरे राही को उसके पथ का बोध कराना एक बात है और उसे अपने पुराने बैर का शिकार बनाना विस्फुल्ल प्रसंग है ।

चीन देश के प्राचीन दार्शनिक कन्फ्यूशस ने कहा है—“बड़ी श्रेष्ठ राष्ट्र है जिसमें राजा अपने प्रजा अपने पिता और पुत्र अपना माता और पुत्री अपना तथा पुत्र और सिध्य अपने कर्तव्य निष्ठा के साथ पूरा करते हैं । वस्तुतः बात बहुत ही अच्छी कही गई है । सब अपने कर्तव्य को समझ कर उसके अनुसार व्यवहार करें । मर्यादा का प्रतिष्ठापन अपने ही लिए प्रकट्यागकर होता है । जो स्वयं अपने व्यवहार को मर्यादित नहीं कर सकता वह दूसरों को अनुशासन में कैसे रक्त सकेगा ? अतः आत्म-शासन सबसे नहीं है । अपने पर अधिकार पुष्कर है । थोड़ा-सा अधिकार पाते ही मनुष्य अपने से बाहर हो जाता है । अस्ति के उन्माद में अपना कर्तव्य भूल जाता है । नीति-शास्त्र के दुरन्धर विद्वान् प्राचार्य सुक्र के शब्दों में—“अधिकार मरिचा को चिरकास तक पीकर जीम नहीं मोहित होता” —‘अधिकार-मई पीत्वा को म सुहृदात् पुनश्चिरम्

भगवान् महावीर ने साधकों को शिक्षा देते हुए कहा—
“प्रत्येक साधक को प्रतिदिन अपने-आप से ये तीन प्रश्न करने चाहिए और अपनी अन्तरात्मा से उत्तर लेना चाहिए—

परखना-सीखना चाहिए, यही जीवन की यथार्थ कला है। भगवान् महावीर ने अपने साधको को सावधान करते कहा—

“जाए सद्धाए निषखता तामेव अणुपालिया।”

“साधको। जिस श्रद्धा से, जिस विश्वास से और जिस मजबूती से तुमने साधना के महामार्ग पर अपना पहला कदम रखा है, उसी श्रद्धा से, उसी विश्वास से और उसी मजबूती से जीवन की सन्ध्या तक निरन्तर चलते रहो। अपनी गति को र्थाति देना तो दुर्बलता नहीं है, परन्तु पथ से स्खलित हो जाना, विचलित हो जाना, अवश्य तुम्हारे लिए कलक है, दूषण है, दोष है। और दोषमय जीवन साधक के लिए विष है, मृत्यु है। उसका जीवन तो दोष-विवर्जित होना चाहिए।”

ससार का दोष देने के पूर्व साधक पहले अपनी ओर देख ले कि कहीं दोष का बीज स्वयं उसी में तो नहीं है? जो साधक ससार को प्रकाश देने चला है, पहले उसे अपना भी अवलोकन कर लेना चाहिए कि कहीं उसी के हृदय-सदन में तो अन्धेरा नहीं है। जो दूसरो का पथ-प्रदर्शक बन कर निकला है, कहीं वही तो उन्मार्ग पर नहीं चल पड़ा है? साधक को इस बात का पूरा-पूरा ध्यान रखना चाहिए कि जो विकार उसे बाहर दीख रहा है, उसका मूल कहीं उसी के भीतर तो नहीं है? साधक यदि अपने आप में सावधान होकर चलता है, जागरूक होकर अपने पथ पर बढ रहा है, तो फिर ससार कुछ भी क्यों न कहे? उसे भय क्यों हो?

यदि अभिभावक, माता-पिता और गुरुजन यह कहते हैं, कि आज-कल के शिष्य, आज-कल के पुत्र—पूर्व काल के शिष्य और पुत्रों की भाँति गुरुभक्त नहीं हैं, माता-पिता के अनुशासन को नहीं

मैं तेरे करण-कर्मों में कोटि-कोटि बार बन्धना करता हूँ ।

जब तू घायल यहाँ सामन्तों का लाल मृत्यु हो रहा था और
हो रहा था—पशुता का सम्मुख ह—ह—ह—मददहाउ ।

सामन्तों कराह रही थी—धर्मशास्त्रों के पापी-पत्नों के नीचे
देवी-देवताओं की मूर्तियों के नीचे ईश्वरबाद की मारी-
भरकम आवाज के नीचे ।

गरीब प्रजा का जीवन-मरण मुदती मर पुरोहिता के हाथ में
था । और वे थे अपनी उच्च आत्मीयता के अहंकार में ऐसे एवं
पब भ्रष्ट । वे अपने-आप को ब्रह्म की पवित्र सन्तान समझे हुए
थे और मूले हुए थे कि हमारे सिवा और किसी को समुच्च के
के रूप में जीने का अधिकार भी है या नहीं ।

तू प्राण अन्ति की रक्तमेरी बजाता । शोचित प्रजा तेरे
पास पास एकदली होने लगी तो पावन के स्वर्ण सिंहासन

‘किं मे फट् किञ्च मे फिच्च सेस,
किं सषकणिज्ज न समायराप्ति ॥’

“मैंने अपने कर्तव्य कर्मों में से क्या क्या कर लिया है, अब, क्या करना शेष रह गया है ? और वह कौन-सा कर्तव्य है ? जो मेरी गति की परिधि में होकर भी अभी तक मेरे से बच नहीं सका है ।”

पुरुष-पर्व के इन महत्व-पूर्ण तथा सौभाग्य-भरित दिवसों में श्रमण और श्रमणी तथा श्रावक और श्राविका अपनी आत्मा के चिर-पोषित विकारों को चुन-चुन कर बाहर निकाल सकें, और अपने कर्तव्य-कर्मों में स्थिर होकर निष्ठापूर्वक अपना अपना भाग अदा कर सकें, तो अवश्य ही वे अपनी सुप्त आत्मा को जागृत करने के प्रयत्न में सफल होंगे । दूसरों के दोष न देख कर, यदि हम अपने ही दोष देखना सीख लें, तो आज तक का हमारा दूषण ही, भूषण बन सकता है । जीवन की गति और यति में समन्वय मध सकता है ।

है। कोई भी मनुष्य जन्म से पवित्रता एवं उच्चता का अधिकार लेकर नहीं पाया है। न कोई ब्रह्मा के मुख से वेदा हुआ है और न कोई किसी के वेर से। सब मनुष्य पाप वहाँ और जैसे वेदा हो रहे हैं अनन्त प्रतीत में भी इसी तरह पैदा होते जा रहे हैं। कौन है जो कण्ठ में यज्ञोपवीत बाँधे पाया हो? और कौन है वह जो अपने जन्म-काल में मछु-टोकरी लेकर पैदा हुआ हो? मेरे धर्म के द्वार मानव मात्र के लिए खुले हैं। मैं सब को एक भाव से जीवन की पवित्रता का सम्बोध देने पाया हूँ।

तू ने कहा—

‘मैं जनता की बोली में बोलूँगा। सत्य के धर्म का किसी एक भाषा में बन्ध करके रख देने से ही पाकण्ड बने हैं। मनुष्य और प्रस्थाचार कैसे हैं। भाषा जनता के समझने के लिए है अपने पाप पुनर्गुणाने के लिए नहीं। मैं किसी एक भाषा की पवित्रता के दावे को भी कुछस कर रख छोड़ूँगा। संस्कृत देवताओं की भाषा है तो रहने दो उसे देवताओं के लिए। हमें तो हमारी मानव भाषा प्राकृत ही ठीक है। जीवन का सत्य सीधे बोलने में है, छद्म लेकर बोलने में नहीं। मैं संस्कृत जानता हुआ भी उसमें न बोलूँगा। मुझे संस्कृत की डिकेवारी तोड़ लेनी है। सामान्य भाव, फिर वह चाहे किसी भी तरह का हो—उससे पूजा है, प्रत्यन्त पूजा है।

तू ने कहा—

मातृ-देवता! तू अपना देवत्व कैसे सुझा बैठी है? क्या तू पुरुषों की शासना-पुति का एक-मात्र लिप्पीना है और कुछ नहीं?

परमात्मा हिने लगे । तुझे मिटोही समझा गया, नाशिक कहा गया, असुर कहा गया, और भी न जाने क्या कुछ कहा गया ?

परन्तु तू धी-गम्भीर गति में बढ़ता ही गया, लड़ता ही गया । तेरी बाणी में मान्यता बाल-ही थी, गर्वणा का अमृत रस बरस रहा था, 'सर्वजन हिनाय—सर्वजन मुगाय' की विश्व-संस्कृति का जयघोष गूँज रहा था ।

तू ने जो कुछ भी कहा, जीवन में तोलकर कहा, अनुभव में उतार कर कहा ! तेरी बाणी जीवित बाणी थी । क्योंकि उसने पीछे जीवित आचरण का अमर स्वर हुँकार कर रहा था ।

तू ने कहा—

“धर्म के नाम पर मूक पशुओं के खून भीहोली खेलना—पाप है, महापाप है । मारे जाने वाले मूक प्राणियों के मन का हाहाकार हत्यारो को कभी क्षमा नहीं करेगा, भले ही वे अपने पापाचरण को धर्म का चोगा पहनाएँ, यज्ञ का लबादा उढ़ाएँ ! वे शास्त्र, जो निरीह पशुओं के खून से सने हुए हैं, शास्त्र नहीं हो सकते—नहीं हो सकते । फिर भले ही वे वेद हो, पुराण हो, स्मृति हो, और कोई भी हो । धर्म की आत्मा—अहिंसा है, दया है और करुणा है ।”

तू ने कहा —

“यह जातिवाद । यह वर्ण व्यवस्था ! सब पाखण्ड है, अत्याचार । मानव सब एक हैं, भाई-भाई हैं । धर्म और मुक्ति के ठेकेदार, पवित्रता के दावेदार किसी एक वर्ग-विशेष के लोग नहीं हो सकते ! मैं जन्म नहीं पूछता, कर्म पूछता हूँ—आचरण पूछता

है। कोई भी मनुष्य जन्म से पवित्रता एवं उच्चता का अधिकार लेकर नहीं आया है। न कोई ब्रह्मा के मुख से पैदा हुआ है और न कोई किसी के पेर से। सब मनुष्य मात्र जहाँ और जैसे पैदा हो रहे हैं अनन्त घटीत में भी इसी तरह पैदा होते जा रहे हैं। कौन है जो कष्ट में यज्ञोपवीत धासे धाया हो? और कौन है वह जो अपने जन्म-काम में झट्टू-टोकरी लेकर पैदा हुआ हो? मेरे धर्म के द्वार मानव मात्र के लिए खुले हैं। मैं सब को एक भाव से जीवन की पवित्रता का संदेश देने आया हूँ।

तू ने कहा—

‘मैं जनता की बोली में बोलूँ गा। सर्व के धर्म को किसी एक भाषा में ब्यक्त करके रख देने से ही वास्तव बड़े हैं अपनाय और अत्याचार कैसे हैं। भाषा जनता के समझने के लिए है अपने आप समझाने के लिए नहीं। मैं किसी एक भाषा की पवित्रता के शब्दों को भी चुनकर रख छोड़ूँगा। संस्कृत देवताओं की भाषा है तो रहने दो उसे देवताओं के लिए। हमें तो हमारी मानव भाषा प्रकृत ही ठीक है। जीवन का सत्य सीधे बोलने में है, तरह देकर बोलने में नहीं। मैं संस्कृत जानता हुआ भी उसमें न बोलूँगा। मुझे संस्कृत की ठेकथारी तोड़ देनी है। साम्राज्य बाद फिर वह चाहे किसी भी तरह का हो—उससे घृणा है, अत्यन्त घृणा है।’

तू ने कहा—

‘मातृ-देवता! तू अपना देवत्व कैसे सुसा बैठी है? क्या तू पुरुषों की वासना-युति का एक-मात्र लिङ्गीना है, और दुख नहीं?’

नहीं, तू देवी है। तुझ में अनन्त दिव्य शक्तियों का प्रकाश है। तुझे वेद नहीं पढ़ने दिए जा रहे हैं। तुझ पर शूद्रों के साथ-साथ 'न स्त्री-शूद्रौ वेदमधीयाताम्' की निषेधाज्ञा लादी हुई है। तू तोड़ डाल, इन बन्धनों को ! क्या तू आत्मा नहीं है ? आत्मा है तो फिर पुरुषों से तू किस बात में कम है ? वह कौन-सा अधिकार है जो मानव होने के नाते दूसरों को तो मिल सकता हो, परन्तु तुझे न मिलता हो ? माताओं ! दुर्भाग्य से तुम्हारा मूल्यांकन ईमानदारी से नहीं किया गया। तुम्हें खोटा सिक्का करार देने वाले धूर्त हैं, धर्म-द्रोही हैं। तुम्हें उनसे लड़ना होगा, अपनी छीनी हुई स्वतन्त्रता पुनः प्राप्त करना होगी !”

तू ने कहा—

“मनुष्य ! तू अपने भाग्य का निर्माता स्वयं है। तू कहाँ भटक रहा है देवी देवताओं के पीछे, ईश्वर के पीछे ? तुझे क्या लेना-देना है इनसे ? भद्र ! तू है स्वयं देवताओं का भी देवता, और ईश्वर का भी ईश्वर ! वह कल्पित ईश्वर तेरी ही कल्पना का रूप है, तेरे ही दिमाग की उपज है ! क्या करेगा वह तेरा मानस पुत्र ? मनुष्य अपने कर्म से ही बनता और विगड़ता है। तू द्विभुज परमेश्वर है ! जब तू अहिंसा और सत्य के विकास की अन्तिम भूमिका पर पहुँचेगा तो तेरे ज्ञानालोक से अनन्त विश्व जगमगा उठेगा, सारे विश्व की विभूतियाँ नत-मस्तक होकर तेरे चरणों में होगी ! तू ठुकरा देगा तो तेरी ठोकर में विजय का स्वर झनझना उठेगा ! अपने को हीन मानना, अपने हाथों अपनी हत्या करना है ! जब जागेगा तो विश्व भर के अनन्त-अनन्त रहस्य हाथ जोड़े तेरे सामने खड़े होंगे !”

“वीर तू ने मानबारेमा में सत्य वीर बहिष्ता का मुनहमा
रङ्ग भर कर अपने युग के समाज एवं राष्ट्र को सिबल को
उपासना में लीन किया ।

‘जुन-जल निराला भी जीवत हो,

किन्तु जल में होती हार ।

देव ! तुम्हारे लीज-जल से ;

जल लीजिया प्रेमाचार ॥

अनासक्ति योग

मैं पवन हूँ, पवन ।

पलभर भी कही इधर उधर न अटक कर दिन-रात दौड़ता रहने वाला, उड़ता रहने वाला ।

मेरा काम है, विश्व को जीवन देने के लिए भाग-भागकर पृथ्वी के कण-कण को छूना । और उसे जीवन प्रदान करना ।

न मुझे सुख रोक सकता है, न मुझे दुःख रोक सकता है । यही बात है कि घूप हो, छाँह हो, सरदी हो, गरमी हो, वर्षा हो, वसन्त हो—कुछ भी हो, मुझे इन सुख-दुःख के द्वन्द्वों की कोई परवाह नहीं । मेरे तेज कदम फूल और काँटों पर समान भाव से पड़ते हैं और उसी क्षण आगे बढ़ चलते हैं ।

देखो वह सामने फूलों का कैसा सुशानुमा बाम है ? कैसे सुन्दर रङ्ग-विरंगे फूल बिसे हैं ? कैसी मारक सुरभि मग्न महक रही है ? जो घाटा है सहसा बड़ा हो जाता है और बटों बड़ा रहता है । परन्तु क्या मैं भी बड़ा हो जाऊँगा ? नहीं बिल्कुल नहीं । जो यह देखो ! तीर की तरह समसनाता हुआ एक ही क्षण में हो गया है परसी पार । झङ्क-झङ्क भीनी सुमन्य से महक रहा है । परन्तु कोई कितना ही बड़ा मन-मोहक प्रसोभन हो वह मुझे एक क्षण भी रोक नहीं सकता ।

घोर वह देखो, कैसा भीषण शाबानस बघक रहा । सब घोर घाम ही घाम बरस रही है हजारों-भाजों ग्यामाएँ भाकास की घोर लपलपा रही है । जो घाटा है वह भयाङ्क हो दस कदम पीछे हटकर बड़ा हो जाता है । कुछ देर तर्क-वितर्क में ललक कर अन्त में हठाथा-निरास वापस लौट जाता है । परन्तु क्या मैं भी वापस लौट जाऊँगा ? नहीं बिल्कुल नहीं । जो यह देखो ! तीर की तरह समसनाता हुआ एक ही क्षण में हो गया है परसी पार । झङ्क-झङ्क मुलस गया है, सारा शरीर क्षत-विक्षत हो गया है, परन्तु कोई कितना ही बड़ा भीषण मृत्यु का कुचक हो वह मुझे एक क्षण भी रोक नहीं सकता ।

अमन-संस्कृति के अमर मायक भगवान् महावीर ने इसीलिए मेरी घोर सक्ति करते हुए कहा है कि—“साधना पथ के बीर यात्रियों तुम्हें पथन बनना है—पथन । न तुम सुख से रहो न दुःख से रहो न मयस से रहो, न अपयस से रहो न जीवन से रहो न मरण से रहो । ये जीवन के इन्द्र यदि तुम्हारे पथ के रोड़े बन गए और तुम इनसे घटक कर रह गए तो फिर तुम साधक ही क्या हुए साधना पथ के यात्री ही क्या हुए ? तुम्हें तो

चलना है, प्रतिपल चलना है ! न तुम्हें फूल रोक सकें, न तुम्हें काँटे रोक सकें । तुम्हारा पडाव, तुम्हारा विश्राम केवल एक ही म्यान पर है । और वह है साधना का एक मात्र अन्तिम लक्ष्य, अन्तिम साध्य ।

क्या समाज और राष्ट्र के जीवन में युद्ध अनिवार्य है ? क्या युद्ध में मानव-जाति का खून वहाए बिना हमारी समस्याएँ सुलभ नहीं सकती ? क्या जल की अपेक्षा अग्नि का अधिक महत्त्व है ? इन सब प्रश्नों का उत्तर एक ही है और वह है—‘न’ ।

युद्ध होने के बाद भी तो आखिर सन्धियाँ होती हैं, फिर पहले ही सन्धियों के द्वारा क्यों न हम पारस्परिक प्रेम, सद्भावना और सहकारिता के शान्ति-केन्द्र पर पहुँच जाएँ ? आग लगाकर फिर बुझाने की अपेक्षा, प्रयत्न आग न लगाना ही ज्यादा अच्छा है । मानव-जाति के भाग्य का निर्णय तलवार के अधिकार में देना, राक्षस को न्याय के पवित्र आसन पर बैठा देना है ।

“मानव-समाज को एक शरीर का रूप देने में ही मानव-समाज का चिरस्थायी हित है, तभी हमारे अन्दर यह एकत्व भावना जागृत होगी कि यदि हम दूसरों को चोट पहुँचाते हैं तो अपने को ही चोट पहुँचाते हैं, यदि हम दूसरों को सहलाते हैं तो अपने को ही सहलाते हैं । मानव-समाज की छाती पर से युद्ध के राक्षस को यदि भगाया जा सकता है, तो इसी दिव्य भावना के बल पर, अन्यथा नहीं । हम सब एक हैं । हम सब के हित समान हैं फिर यह युद्ध और संघर्ष पागलपन नहीं, तो क्या है ?”

दीपक की संस्कृति

देखिए मैं दीपक हूँ ! प्रकाश का धनुषम केन्द्र, ज्योतिर्मय जीवन का उज्ज्वल प्रतीक !

मेरी भी संस्कृति है सम्मता है । मेरी संस्कृति है प्रकाश की संस्कृति धारमोत्सर्ग की संस्कृति ।

मेरी संस्कृति का आदर्श है—अपने को तिस-तिस बसामा भण्यकार से लड़ना और जग को ज्योतिर्मय करना ।

मैं ही हूँ जो जनता पर घाट होने से बच रही हूँ । नहीं तो बहु अप्य ही मटकती, भण्यकार में टकराती ।

मैं स्पर्श बीछा देने वाला मुखरेव हूँ ।

भाए कोई मेरे पास छूए कोई मुझे, और बग भाए मुझ जैसा ही बकमग-बममग करता भण्यकार में लड़ता दीपक ।

मैं प्रकाश जाँटते बैठ हूँ ।

देख रहे हो, ये सब नाम के दीपक हैं। कहाँ है प्रकाश ? कहाँ है ज्योति ? बेचारे अन्धकार से आच्छन्न हैं। परन्तु यह लो, मेरी अमर ज्योति का मृदुल स्पर्श पाते ही किस प्रकार जगमग करने लगे हैं, अन्धकार से लडने लगे हैं।

अरे कितनी बड़ी भीड आ रही है ? आने दो, क्या डर है ? सौ हो, हजार हो, लाख हो, कितने ही हो, मैं सब को ज्योति दूँगा, सब को दीपक बनाऊँगा। न मैंने कभी गिना है, और न अब गिनना है कि याचक कितने हैं, कहाँ से आ रहे हैं ? मैं प्रकाश पुँज हूँ। मेरे यहाँ क्या कमी है ? जब तक जिन्दा हूँ, ज्योति वितरण करता-रहूँगा, सब को अपने समान बनाता रहूँगा।

‘सूर्य और मुझ में कैसी तुलना ?

मैं सूर्य से भी महान् हूँ !

सूर्य को आकाश में चमकते—

कोटि कोटि काल-चक्र हो चुके हैं,

परन्तु उसने अपने जैसे एक-दो सूर्य बनाए ?

यह भी क्या जीवन ? यह भी क्या महत्ता ?

जो पिछड़े हुओं को अपने समान न बना सके।

लोक साहित्य में स्पर्श-दीक्षा का नाटक खेलने वाला,

एक पत्थर भी है—

लोग उसे पारस मणि कहते हैं।

वह लोहे को छूकर सोना बना देता है।

मूर्ख जनता उसके बड़े चक्कर में है,

परन्तु वह मेरे सामने विचारा है क्या चीज ?

वह लोहे को ही तो सोना बनाता है।”

पारस तो नहीं बनाता ।

मोहे से बना सोना मोहे को छूर तो
बना वह उसे अपने जैसा सोना बना देता ?
बिल्कुल नहीं ।

कहिए यह क्या स्पर्श-बीजा हुई ?

मोहे की छुरी ने पारस को छूया
और सोना बन गई

परन्तु रही तो छुरी की छुरी

घार, मार, घाकार तो नहीं हट सका

परन्तु मेरी स्पर्श-बीजा देखिए

जिसे छूता है—वस अपना-सा रूप दे देता है ।

दीपक सच्चा दीपक बना देता है

फिर उसमें और मुझ में कोई अंतर नहीं रहना ।

वह भी मेरे समान ही

स्पर्श-बीजा देने वाला गुच्छेन हो जाता है

हमारे जालों को दीपक का रूप दे देता है ।

ये दीपक फिर और दीपक बनाते हैं ।

वस दीपक से दीपक—दीपक ॥ दीपक

हमारे जालों करोड़ों दीपकों की बिगड़ सेना

अन्धकार से बुझने को तैयार हो जाती है ।

घाय ही कहिए

मुझ में और पारस में कैसी समता ?

वस अब मैं अंधित्व में बोलूँ या ।

मेरी संस्कृति में बोलना मना है

यह तो केवल परिचय के लिए ही बुझ रहा था या रहा था ।

मेरे यहाँ आत्म-विकल्पना पाप माना जाता है ।
 मैं बोलता नहीं, काम करता हूँ, काम—
 वह भी चुपचाप, बिल्कुल चुपचाप ।

मायना-विबुद्धि — धर्म-साधना का एक-मात्र उद्देश्य है, साधना विबुद्धि। मम की मलिन भावना से मनुष्य का पतन होता है और विमल भावना से उत्थान। जब तक संसार में मनुष्य जाति की मत्ता है, जब तक उसके सम्पुत्थान के लिए धर्म की साहाय्यता भी रहेगी। बीज-बक्य में मनुष्य से बढ़कर श्रेष्ठ एवं श्रेष्ठ धर्म कोई नहीं है। परन्तु प्रश्न सबसे बड़ा यह है कि साधना की श्रेष्ठता तथा श्रेष्ठता का साधारण क्या है ? उसकी प्राकृति धर्मका उसकी प्रकृति। निश्चय ही उसकी महामता का साधारण प्राकृति नहीं उसकी प्रकृति है। भूक-व्यास भगवत् परमात्मा की सेवा ब्रह्म परमात्मा को आत्मा धर्म की साधना को सुनिश्चित करने को चिन्ता और साधना की प्रति का प्रयत्न—यै चार बातें मनुष्य के समान पशु में भी हैं। फिर भी मनुष्य मनुष्य है, और पशु, पशु है। इस भेद रेखा का साधारण धर्म होना चाहिए। यह

है—धर्म। धर्म की अभिव्यक्ति मानव में ही परिलक्षित होती है। धर्म कोई बाहर की वस्तु नहीं है, जिसको बाहर से भीतर डाला जाए। वह तो मनुष्य की अपनी शुद्ध चेतना का ही नाम है। अतः भावना-विशुद्धि ही तो धर्म है। 'धर्म' शब्द के दो अर्थ हैं—स्वभाव और आचार। अपना स्वभाव तो प्रत्येक वस्तु में रहता ही है—जैसे अग्नि में उष्णता, मनुष्य में मनुष्यता। परन्तु जीवन-शोधन के लिए आचार एक परम तत्त्व है। सब धर्मों में आचार पहला धर्म है। आचार एक जीवन-नित्य है जो व्यक्ति में, समाज में राष्ट्र में और विश्व में व्याप्त है। जिस शक्ति से व्यक्ति, परिवार, समाज, राष्ट्र और विश्व का मज्जल होता है, वही धर्म है। वह धर्म तीन प्रकार का है—अहिंसा, सयम और तप।

अहिंसा मानव का मूल धर्म—“अहिंसा परमो धर्म” जैन-संस्कृति का यह एक पवित्र और प्राणभूत तत्त्व है। श्रमण-संस्कृति में यदि कोई स्वर्णसूत्र है, तो वह यह है—“जीओ और जीने दो।” जैन-धर्म का इतिहास एक प्रकार से अहिंसा के विविध प्रयोगों का इतिहास है। अहिंसा का अर्थ है—“विचार से, आचार से और उच्चार से किसी भी व्यक्ति के प्रति अकल्याण की भावना न रखना, ससार के सब जीव सुखी रहे, सब जीव स्वस्थ रहें, सबके जीवन का कल्याण हो, और ससार में कोई जीव दुखी न हो।” इस प्रकार की भावना को 'अहिंसा' कहा गया है। सबके सुख में अपना सुख समझना—यही तो अहिंसा है, यही तो परम धर्म है। मनुष्य दो कारणों से हिंसा करता है—रक्षण के लिए और भक्षण के लिए। जब गृहस्थ अपने परिवार, समाज और राष्ट्र के रक्षण के लिए प्रयत्न करता है, तो उसमें हिंसा भी हो जाती है। परन्तु वह रक्षण की हिंसा है। गृहस्थ में स्वरक्षण

की शक्ति होनी ही चाहिए। परन्तु भक्षण के लिए अपने स्वार्थ के लिए पशुओं की एवं पक्षियों की जो हिंसा की जाती है, वह तो स्पष्ट ही धर्महीन है। एक तीसरे प्रकार की हिंसा भी प्राचीन भारत में प्रचलित थी—धर्म के लिए, धर्मार्थ यज्ञ के लिए। स्वर्ग के देवों को प्रसन्न करने के लिए पशु-पक्षियों का तथा मनुष्यों को भी यज्ञ-कृच्छ्र की व्याप्ताओं में भोक्त दिया जाता था। धर्म के नाम पर होने वाली यह हिंसा धर्म्य हिंसामों से अधिक अन्यायपूर्ण थी।

जैन-संस्कृति के धर्म-व्याप्ताओं ने—तीर्थंकरों ने तथा पणधरों ने—मांसाहार और हिंसा-प्रचलन यज्ञों का इष्टकर विरोध किया था। फलतः मनुष्य समाज हिंसा से धीरे-धीरे अहिंसा की ओर मग्न हो रहा है। क्योंकि अहिंसा आत्मा का स्वभाव है और हिंसा विभाव। अहिंसा के अन्तर माया है—स्नेह सहानुभूति और सहिष्णुता। जबकि हिंसा के आधार हैं—द्वेष घृणा और ईर्ष्या। मनुष्य जब अपने में बन्ध हो जाता है तब उसमें से हिंसा फूट निकलती है। किन्तु क्यों-क्यों वह विरह्य होता जाता है। क्यों-क्यों उसमें से प्रेम दया कृपा और सेवा के भाव प्रस्फुटित होते हैं। समाज राष्ट्र और विश्व के संरक्षण के लिए अहिंसा का विकास आवश्यक है।

अहिंसा धर्म के अन्तर्भाव—मानव-जाति के संरक्षण के लिए मानव-समाज के कल्याण के लिए—अथर्वान् ऋषिदेव ने अग्नि मंत्र एवं इषि का उपदेश उत्कालीन मानव-समाज को दिया था। जीवन संरक्षण के लिए यज्ञ का अस्थापन आवश्यक था। आधुनिक विकास के लिए व्यापार व्यवसाय का और वैद्य के संरक्षण के लिए व्यापारपूर्वक उपचार का प्रयोग भी आवश्यक

था। भगवान् नेमिनाथ ने सुरा, सुन्दरी और माम मे ससक्त यादव जाति को अहिंसा का सन्देश दिया था। भगवान् पार्श्वनाथ ने अज्ञानमूलक तप मे होने वाली हिंसा का विरोध करके अहिंसा का प्रसार किया था। भगवान् महावीर ने धर्म के नाम पर होने वाली यज्ञ-हिंसा का विरोध करके अहिंसा को परमधर्म कहा था। अहिंसा के प्रसार एवं प्रचार मे भगवान् बुद्ध का भी बहुत बड़ा योगदान था। वर्तमान में राष्ट्र-पिता गांधी जी की अहिंसा के चमत्कारों को एवं व्यापक प्रभावों को ससार देख ही चुका है।

सयम आत्मा का संगीत—संयम को एक कवि ने आत्मा का संगीत कहा है। सयम, आत्मा की एक शक्ति है। सयम, अध्यात्म-जीवन का आधार है। विना सयम के मनुष्य की मनुष्यता जीवित नहीं रह सकती। सयम में स्वतन्त्रता तो रह सकती है, पर स्वच्छन्दता नहीं। यदि शरीर की भौतिक आवश्यकताओं पर आध्यात्मिक शक्ति का अकुश न रखा जाए, तो मानव में पशुता का समावेश हो सकता है। इसी प्रकार मन और बुद्धि पर भी नियन्त्रण की आवश्यकता है। विना अहिंसा के जीवन में मृदुता नहीं आती, और विना सयम के अहिंसा का आचरण नहीं हो सकता। अतः अहिंसा के लिए सयम की नितान्त आवश्यकता है। इन्द्रियों के अनुकूल विषयों में राग और प्रतिकूल विषयों में द्वेष पैदा हो जाता है। आसक्ति और धृणा—दोनों मन के विकार हैं। विकार को नष्ट करने के लिए विचार आवश्यक है। और, विचार ही तो वस्तुतः सयम है। जीवन को स्वस्थ, सुन्दर एवं सुखद बनाने के लिए सयम की बड़ी आवश्यकता है, क्योंकि विना सयम के उत्कृष्ट कर्म, सत्कर्म नहीं किए जा सकते।

संयम जैन-संस्कृति की भव्य धारणा है। जैन-संस्कृति का मूल आधार ही सृष्टि आधार है। संयम में सौन्दर्य है, शौर्य है और अद्वितीय सामर्थ्य है।

संयम के प्रकार—संयम में अनेक प्रकार के पाप हैं परन्तु मुख्य रूप में पाँच पाप हैं जिनमें अन्य सभी प्रकार के पापों का समावेश किया जा सकता है। ये पाप ये हैं—हिंसा अथवा चोरी अथवा धर्मोपेक्षा और परिग्रह। उक्त पापों के आधार से आत्मा का पतन हो जाता है। मनुष्य का नैतिक पतन हो जाता है। इनको पाँच आसक्त भी कहते हैं। इसके विपरीत अहिंसा अथवा अस्तेय अथवा अग्रहण और अपरिग्रह—ये पाँच धर्म हैं, संयम हैं, संवर हैं, आधार हैं। इनकी साधना से मनुष्य जीवन का उत्थान होता है, उत्थान होता है। इनको पाँच संवर भी कहते हैं। पञ्च आसक्त संसार के कारण हैं और पञ्च संवर मोक्ष के कारण। कुछ भोग-प्रिय भोग संयम को बाधते हैं। किन्तु वह उनकी मूल है क्योंकि संयम बाधन नहीं एक नियन्त्रण है जिसको साधक अपनी इच्छा से स्वीकार करता है।

संस्कृति का मूल बीज : तप—संस्कृति का मूल बीज तप है। अहिंसा की साधना के लिए संयम आवश्यक है, और संयम की सुरक्षा के लिए तप। तप की साधना करने वाला अहिंसा और संयम की साधना करेगा ही। तप क्या है ? वह आत्मा का एक तेज है। आत्मा का दिव्य प्रकाश है। तप का अर्थ—न घुले मरना है, और न शरीर को सुखा आना ही। तप का वास्तविक भाव है अपनी वासनाओं का दमन। बिना तप के जीवन उर्वर नहीं बन सकता। वासना वासित जीवन धर्म की धाराधारा में सर्वथा असफल प्रमाणित होता है। अतुल्य तपोहीन जीवन धर्म की

धारण नहीं कर सकता। अतः तप जीवन शोचन का एक विशेष तत्व है। कष्ट सहिष्णुता, मनोनिग्रह और वासना-दमन ही वस्तुतः तप है। उपवास किया है, व्रत लिया है, अन्न एवं जल का त्याग कर दिया है, फिर भी मन में कषाय भावना और विषय लालसा बनी रहती है, तो वह व्रत नहीं, एक प्रकार का लघन है, जो किसी से बाध्य होकर किया जाता है। विना भावना के और विना विवेक के किया तप, केवल देह-दमन है।

तप का शुद्ध स्वरूप—तप आत्मा के विकारों को नष्ट करने के लिए किया जाता है। अतः तप का सम्बन्ध आत्मा और मन से है। देह से बहुत कम। “तपो धर्मस्य हृदयम्”—तप को धर्म का हृदय कहा गया है, सार कहा गया है। तप क्या है? इसके उत्तर में कहा गया है कि—“कर्मणा तापनात् तपः।” जिस प्रकार तपाने पर सुवर्ण की मिट्टी सुवर्ण से दूर कर दी जाती है, उसी प्रकार तप से आत्मा के कर्मों को, विकारों को दूर किया जाता है। कर्मों का तापन जिससे हो, वही तप है। तप की साधना करने वालों को यह बात विशेष रूप से ध्यान में रखने की है, कि तप उतना ही करना चाहिए, जिससे मन में समाधि-भाव बना रहे। शक्ति न होने पर भी जो तप प्रशसापाने के लिए किया जाता है, वह तप सच्चा तप नहीं। तप के दो रूप हैं—वाह्य और आभ्यन्तर। जीवन शुद्धि के लिए दोनों प्रकार के तपो की आवश्यकता है—मानसिक तप की भी, और शारीरिक तप की भी।

क्रोध : एक विषधर

क्रोध एक विषधर सर्प है, जिसके डसने से आत्मा अपने स्वस्व को भूल जाता है। क्रोध से घुस आत्मा का मन्य कौन घनु होना ? क्रोध के बन्धीपुठ होकर मनुष्य को किसी प्रकार का विवेक नहीं रहता। क्रोध एक प्रकार का मनोविकार है। क्रोधी मनुष्य का कोई मित्र नहीं होता। क्रोधी मनुष्य अपने आपकी सतुलित नहीं रख पाता। क्रोधी को धन्वा कहा गया है। क्योंकि जिस समय क्रोध आता है, उस समय मनुष्य को किसी प्रकार का विवेक नहीं रहता।

बैर का जन्म क्रोध से ही होता है। बहुत दिनों तक टिका क्रोध बैर एवं द्वेष बन जाता है। बैर एक पुरानी बीमारी के तुल्य है, और क्रोध एक जालिक घावेय का नाम है। क्रोध में पापस बन कर मनुष्य धावा-पीछा नहीं देखता। बैर बिरहाद्य तक स्थिर रहने वाला मनोविकार है। पवित्र रामचन्द्र भूक्त के सगों में—

“दुःख पहुँचने के साथ ही दुःख दाता को पीड़ित करने की प्रेरणा करने वाला मनोविकार ‘क्रोध’ है, और कुछ काल बीत जाने पर प्रेरणा करने वाला भाव ‘वैर’ है। मान लो, किसी ने आपको गाली दी—और आपने यदि उसी समय उसे मार दिया, तो आपने क्रोध किया। कल्पना कीजिए—वह गाली देकर भाग गया और कुछ समय बाद आपको मिला। अब यदि आपने उसे बिना गाली के सुने मिलने के साथ ही उसे मार दिया, तो यह वैर भाव होगा।

वैर में भावनाओं को सचित्त करके मन में रोक रखने की धारणा शक्ति रहती है। जिन व्यक्तियों में पुराने क्रोध को सचित्त रखने की शक्ति है, वे ही वैर कर सकते हैं। क्रोध में क्षणिकता रहती है और वैर एव द्वेष में दीर्घकालिकता रहती है।

जो क्रोध मन में जीवन-भर बना रहता है, उसे शास्त्र की भाषा में अनन्तानुबन्धी क्रोध अथवा दीर्घ क्रोध कहते हैं। यह क्रोध ही वैर एव द्वेष कहा जाता है। उक्त क्रोध से आत्मा का सम्यक्त्व गुण नष्ट हो जाता है। दीर्घ क्रोधी तथा दीर्घ-रोपी मनुष्य अपने आत्म-स्वरूप को भूल जाता है। जो क्रोध मन में एक वर्ष से अधिक ठहर जाता है, वह देश-चारित्र्य को नहीं होने देता। वह श्रावक नहीं बन सकता।

जो क्रोध चार मास से अधिक जमकर मन में बैठ जाता है, वह क्रोध सर्वचारित्र्य का धात करता है। वह साधुत्व-भाव का विरोधी होता है। जो क्रोध पन्द्रह दिन तक रह जाता है, वह वीतराग-भाव नहीं होने देता। इस प्रकार एक ही क्रोध के विभिन्न कर्म होते हैं। वैर और द्वेष भी क्रोध के ही रूप हैं।

क्रोध मन को एक प्रकार की उत्तेजना से भर देता है, जिसके परिणाम-स्वरूप मन में अनेक प्रकार के विकार पैदा हो जाते हैं। क्रोध से पहले तो उद्वेग उत्पन्न होता है। फिर मन में एक प्रकार का ताप पैदा होता है। रक्त में गरमी घा जाती है और उसका प्रवाह तीव्र हो जाता है। क्योंकि क्रोध में बिज्जेक और संतुलन नहीं रह पाता। क्रोध मन की शान्ति को भंग करने वाला विकार है। क्रोध के घाने पर मन में शान्ति प्रसन्नता एवं स्नेह नहीं रहता।

क्रोध का मनुष्य के स्वास्थ्य पर भी प्रभाव पड़े बिना नहीं रहता। क्रोधी मनुष्य का रोग सीमा काहू में नहीं जाता। क्रोध स्वयं भी एक प्रकार का मर्यादक महारोग है। सद्विचार से मनुष्य के मन की प्रसुप्त शक्ति जाग उठती है और पुनर्जाति से जागृति शक्ति भी नष्ट हो जाती है। अतः स्वस्मता के लिए मन का विकार-रहित होना आवश्यक माना गया है। मन बिज्जना शान्त रहेगा स्वास्थ्य-मान उतना ही अधिक स्थिर होगा।

यदि भोजन शान्त समस्या में किया जाए, तो वह एक प्रकार में प्रसृत है। क्रोध की स्थिति में किया गया भोजन एक प्रकार का विष है। क्रोध के कारण वह भोजन विष बन जाता है क्योंकि ज्ञान-गदाओं पर क्रोध के कारण दूषित प्रभाव पड़ता है। जो व्यक्ति भोजन करते समय क्रुद्धता रहता है जिसके मुख से क्रुद्धित शब्दों का उच्चारण होता रहता है और जो नाक-भोंदू निकलने सामाजिक समाज की स्थिति में बस्ती-बस्ती भोजन ठूस बैठा है उसे भोजन में क्या स्वाद आएगा ? उस भोजन से पीछिक उत्पन्न कैसे प्राप्त होगी ? वह भोजन शरीर का पोषण नहीं कर सकेगा।

जिस समय क्रोध आया हो, उस समय जरा दपण के सामने जाकर देखो, आपका मुख-मण्डल कितना विकृत है ? कैसा भयकर है ? कितना भद्दा है ? कितना भयावह है ? क्रोध मुख के सौन्दर्य को नष्ट-भ्रष्ट कर डालता है । क्रोध सौन्दर्य का शत्रु है । शान्त स्थिति में जो मुख छवि सुन्दर एवं मनोहर लगती है, क्रोध में वही भयानक और अभद्र लगने लगती है । क्रोध शरीर को निबल बनाता है । उसके सौन्दर्य को नष्ट कर डालता है । क्रोध मन को अपवित्र बना देता है । क्रोध बुद्धि को अस्थिर कर देता है । क्रोध आत्मा को मलिन बना देता है । क्रोध सब अनर्थों का मूल है । क्रोधी मनुष्य कभी स्वस्थ नहीं रह सकता । उसका चेहरा पीला पड़ जाता है । शरीर सूख कर काँटा हो जाता है । पाचन-शक्ति मन्द पड़ जाती है । फिर धीरे-धीरे अनेक रोग शरीर में पैदा हो जाते हैं ।

भगवान् महावीर ने कहा है कि—“क्रोध प्रीति-भावना को नष्ट कर देता है । क्रोध को जीतने में ही मनुष्य की सच्ची विजय है । उपशम-भाव से, क्षमा से और शक्ति से क्रोध को जीता जा सकता है । जब क्रोध आए, तब क्षमा का चिन्तन करो । जब क्रोध आए, तब उपशम-भाव का विचार करो । जब क्रोध आए, तब शान्ति का विचार मन में भरों । क्रोध करने से क्रोध कभी शान्त नहीं होगा । शान्ति, क्षमा तथा उपशम-भाव से ही क्रोध नष्ट हो सकता है ।”

क्रोध के परिणाम पर विचार करने से भी क्रोध शान्त हो जाता है । क्रोध के कारण पर विचार करने से भी क्रोध दब जाता है । विचार करो—उन महापुरुषों के जीवन पर, जिन्होंने क्रोध को जीत लिया है । क्रोध विजेताओं के जीवन का अनुसरण

करो। श्लेष बेर एब ह प का काम करने वाले परिहृन्तो के पद का अनुसरण करो। परिहृन्तो का चिन्तन करने से आप भी परिहृन्त बन सकते हो। श्लेष बेर एब ह प को जीवन वासा हो परिहृन्त बन सकता है।

जिस समय क्रोध आया हो, उस समय जरा दपण के सामने जाकर देखो, आपका मुख-मण्डल कितना विकृत है ? कैसा भयकर है ? कितना भद्दा है ? कितना भयावह है ? क्रोध मुख के सौन्दर्य को नष्ट-भ्रष्ट कर डालता है । क्रोध सौन्दर्य का शत्रु है । शान्त स्थिति में जो मुख छवि सुन्दर एवं मनोहर लगती है, क्रोध में वही भयानक और अभद्र लगने लगती है । क्रोध शरीर को निर्वल बनाता है । उसके सौन्दर्य को नष्ट कर डालता है । क्रोध मन को अपवित्र बना देता है । क्रोध बुद्धि को अस्थिर कर देता है । क्रोध आत्मा को मलिन बना देता है । क्रोध सब अनर्थों का मूल है । क्रोधी मनुष्य कभी स्वस्थ नहीं रह सकता । उसका चेहरा पीला पड़ जाता है । शरीर सूख कर काँटा हो जाता है । पाचन-शक्ति मन्द पड़ जाती है । फिर धीरे-धीरे अनेक रोग शरीर में पैदा हो जाते हैं ।

भगवान् महावीर ने कहा है कि—“क्रोध प्रीति-भावना को नष्ट कर देता है । क्रोध को जीतने में ही मनुष्य की सच्ची विजय है । उपशम-भाव से, क्षमा से और शक्ति से क्रोध को जीता जा सकता है । जब क्रोध आए, तब क्षमा का चिन्तन करो । जब क्रोध आए, तब उपशम-भाव का विचार करो । जब क्रोध आए, तब शान्ति का विचार मन में भरों । क्रोध करने से क्रोध कभी शान्त नहीं होगा । शान्ति, क्षमा तथा उपशम-भाव से ही क्रोध नष्ट हो सकता है ।”

क्रोध के परिणाम पर विचार करने से भी क्रोध शान्त हो जाता है । क्रोध के कारण पर विचार करने से भी क्रोध दब जाता है । विचार करो—उन महापुरुषों के जीवन पर, जिन्होंने क्रोध को जीत लिया है । क्रोध विजेताओं के जीवन का अनुसरण

क्षित—चंचल मन क्षित कहलाता है। क्षय-राग में इधर से उधर भागने वाला बार-बार बिपरीत में फिसलने वाला मन क्षित होता है। क्षित मन में बिबेक और बेराम्य नहीं रहता।

बुद्ध—बोद्ध प्रसन्न मन की बुद्ध कहते हैं। इन भूमिका के मन में न कभी ज्ञान का प्रकाश होता है, और न कभी किसी क्रिया के करने में परिश्रम होता है। उसकी चञ्चलता बढ़ती रहती है।

विक्षिप्त बिभ्र मन में कभी चञ्चलता बढ़ती है तो कभी चञ्चलता। एकाग्रता बहुत कम रह पाती है। इन प्रकार के मन को विक्षित कहा गया है। इसमें एकाग्रता पाती तो है, परन्तु बहुत कम। क्षित एवं बुद्ध की अपेक्षा यह फिर भी ठीक है।

एकग्र—किसी एक वस्तु में ध्यान किसी एक स्थान पर स्थिर रहने वाला मन एकाग्र होता है। यह एकाग्रता प्रमत्त साम्य है। निरन्तर की साधना से साधक अपनी सिद्धि का पता सकता है। एकाग्र मन ही योग-साधना में सफल हो सकता है।

निष्क—निष्क मन वह है जिसमें किसी प्रकार का प्राप्तम्बन नहीं रहता। किसी भी प्रकार की वृत्ति उसमें नहीं रहती। यह योग की चरम-भूमिका है जिसमें न धर्म संकल्प रह पाये हैं और न धर्म संकल्प ही योग रहते हैं।

क्षित बुद्ध और विक्षित इन पहली तीन अवस्थाओं का नाम नाम 'भ्युत्थान' है। क्योंकि इनमें एकाग्रता की अपेक्षा चञ्चलता अधिक रहती है। इन तीनों में योग-साधना सम्भव नहीं है। चौथी एकाग्र अवस्था केवल किसी एक वस्तु के प्राप्तम्बन पर होती है। इससे ऊपर उठकर जब किसी एक वस्तु के भी प्राप्तम्बन की आवश्यकता नहीं रहती है उस अवस्था को निष्क कहते हैं।

मन की साधना

मनुष्य का मन बड़ा विचित्र है। यह मनुष्य को स्वर्ग भी ले जा सकता है, नरक भी ले जा सकता है, और यह मनुष्य को भव बन्धनों से विमुक्त भी कर सकता है। मनुष्य के मन में अपार बल है, अपार शक्ति है। मनुष्य को अपने मन पर मयम रखना चाहिए, क्योंकि मनुष्य का मन चंचल है। वह बन्दर की भाँति एक डाल में दूसरी पर, फिर तीसरी पर कूदता-फाँदता फिरता है। यह कभी एक वस्तु से परितृप्त नहीं होता। एक बार किसी विषय अथवा वस्तु से क्षणिक तृप्ति पाकर, फिर नयी वस्तु की कामना करने लगता है। मन को चिन्तन और मनन में लगाने में वह शान्त एवं स्थिर हो जाता है। विषयों में भटकने में तो वह और भी अधिक चंचल तथा अस्थिर बनता है। मन को साधने की कला ही वस्तुतः श्रेष्ठ कला है। 'योग दर्शन' में मन की पाँच भूमिकाएँ मानी गयी हैं—जो क्षित, मूढ, विक्षित, एकाग्र और निरुद्ध नाम से कही जाती हैं।

विद्व—बचस मन जिस कहलाता है। क्षण-क्षण में इससे उठकर भावने वाला बार-बार विषयों में फिसलने वाला मन क्षिप्त होता है। जिस मन में विवेक और बेराम्य नहीं रहता।

बुद्ध—मोह वस्तु मन को मूढ़ कहते हैं। इस धूमिका के मन में न कभी ज्ञान का प्रकाश होता है, और न कभी किसी क्रिया के करने में प्रवृत्ति होती है। उसकी जड़ता बढ़ती रहती है।

विनिवृ—जिस मन में कभी बचसता बढ़ती है तो कभी जड़ता। एकाग्रता बहुत कम रह पाती है। इस प्रकार के मन को विभित्त कहा गया है। इसमें एकाग्रता पायी जाती है, परन्तु बहुत कम। जिस एवं मूढ़ की अपेक्षा यह फिर भी ठीक है।

एकाग्र—किसी एक वस्तु में प्रवृत्ति किसी एक स्थान पर स्थिर रहने वाला मन एकाग्र होता है। यह एकाग्रता प्रयत्न साध्य है। निरन्तर की साधना से साधक अपनी सिद्धि का पान सकता है। एकाग्र मन ही योग-साधना में सफल हो सकता है।

निवृ—निवृत्त मन वह है जिसमें किसी प्रकार का प्राप्तम्बन नहीं रहता। किसी भी प्रकार की शक्ति उसमें नहीं रहती। यह योग की करम-धूमिका है, जिसमें न अष्टम संकल्प रह पाते हैं और न अष्ट संकल्प ही सेव्य रहते हैं।

जिस मूढ़ और विभित्त इन पड़ती तीन अवस्थाओं का नाम नाम 'व्युत्पान' है। क्योंकि इनमें एकाग्रता की अपेक्षा बचसता अधिक रहती है। इन तीनों में योग-साधना सम्भव नहीं है। जो भी एकाग्र अवस्था केवल किसी एक वस्तु के प्राप्तम्बन पर होती है। इससे ऊपर उठकर जब किसी एक वस्तु के भी प्राप्तम्बन की आवश्यकता नहीं रहती है, उस अवस्था को निवृत्त कहते हैं।

जैन शास्त्र में मन के दो भेद हैं—द्रव्य-मन और भाव-मन । भाव-मन प्रत्येक ससारी प्राणी को होता ही है । द्रव्य मन सभी को नहीं होता । सजी पञ्चेन्द्रिय को द्रव्य-मन होता है । द्रव्य मन के आधार से ही चिन्तन स्पष्ट होता है । द्रव्य मन में बड़ी शक्ति है । वह कभी शुभ का चिन्तन करता है, तो कभी अशुभ का । अशुभ चिन्तन को छोड़कर शुभ का चिन्तन करना ही वास्तव में कल्याण का मार्ग है । मन को सर्वथा सकल्प शून्य नहीं किया जा सकता । हाँ, उसे अशुभ से हटाकर शुभ में लगाया जा सकता है । इसी को मन का ऊर्ध्वोत्थान कहते हैं । प्रशस्त मन कल्याण का कारण है, और अप्रशस्त मन पतन का कारण है । उत्थान और पतन मनुष्य के मन के खेल हैं ।

आत्मा की शक्ति

आत्मा अङ्ग से भिन्न एक वैतन तत्त्व है। भारत की प्रत्येक परम्परा ने आत्मा की सत्ता को स्वीकार किया है। अङ्गबासी चार्वाक-वर्त्मन भी आत्मा की सत्ता को स्वीकार करता है—मने ही वह आत्मा को शरीर से भिन्न स्वीकार करने को तैयार न हो। विवाद आत्मा की सत्ता में नहीं है, विचार है—केवल आत्मा के स्वरूप में। स्वरूप में भिन्नता होने पर भी यह निश्चित है कि आत्मा है। और वह शरीर, इन्द्रिय मन और बुद्धि सब से परे है। आत्मा आग रूप है। स्वभाव से वह परिशुद्ध है। आत्मा में अनन्त शक्ति है परन्तु विकारा के कारण वह शक्ति कुच्छिन्न हो रही है। साधना से उसकी प्रसृत शक्ति को बचाया जाता है। आत्मा की अनन्त शक्ति को जगाने के लिए कुछ पुण्यों का विकास आवश्यक है। पुण्यों के विकास से ही आत्मा का विकास होता है।

आत्म विश्वास—सब से पहले आत्म विश्वास की आवश्यकता है। जो व्यक्ति अपना विकास चाहता है, उसके लिए यह आवश्यक है, कि वह आत्म-सत्ता में विश्वास करने का निरन्तर अभ्यास करता रहे। रूस के प्रसिद्ध लेखक गोर्की ने एक बार किसानों की एक विशाल सभा में भाषण करते हुए कहा था, कि—“याद रखो, तुम इस धरती पर सब से अधिक महत्त्व पूर्ण व्यक्ति हो”—“Remember! you are the most necessary men on the earth” जब तक व्यक्ति स्वयं अपने आप को आवश्यक नहीं मानता, तब तक दूसरे उसे क्यों आवश्यक मानेंगे? आत्म-विश्वास की कमी के कारण मनुष्य किसी भी महान् कार्य को सम्पन्न नहीं कर सकता। आश्चर्य तो इस बात का है, कि अनन्त शक्ति सम्पन्न होने पर भी मनुष्य अपने-आप को तुच्छ, पामर, दीन और हीन समझता है। विकास के लिए अपनी शक्ति पर विश्वास करना आवश्यक है।

आत्म ज्ञान—आत्म-ज्ञान का अर्थ है—अपने आप को पहचानना। मनुष्य दूसरों को जानने और समझने का तो प्रयत्न करता है, परन्तु वह अपने को भूल बैठता है। “मैं कौन हूँ? मेरा क्या स्वरूप है? और मेरी शक्ति क्या, कैसी और कितनी है?” इन प्रश्नों का समाधान पा लेना ही वास्तव में आत्म-ज्ञान है। मनुष्य जितना अपने पड़ोसी को समझने का प्रयत्न करता है, उतना अपने को समझने का प्रयत्न वह नहीं करता। और यही उसकी दुर्बलता है। मनुष्य ने बहुत कुछ सीखा है। सस्कृति, कला, विज्ञान, इतिहास और समाज—इन सब को समझने का वह आज दावा करता है। परन्तु क्या कभी उसने अपने चेतन तत्त्व को भी परखने का प्रयत्न किया है? नभ, जल और स्थल—सर्वत्र

मनुष्य के कर्म पहुँच चुके हैं। परन्तु यह निश्चित है, कि उसमें अभी तक अपने अन्दर भौंककर नहीं देखा।

आत्म विपुलि—आत्म विपुलि का अर्थ है—आत्म-संयम। आत्म-संयम के बिना तो विकास की कल्पना भी नहीं की जा सकती। विश्वास हो और माय में ज्ञान भी हो पर जमाने की ताकत न हो तो फिर सब कुछ खर्ब ही है। आत्मा के विकारों का दमन करना हो विपुलि है। इसी को संयम और आचार भी कहते हैं। विश्वास को ज्ञान में उन्नत हो ज्ञान को क्रिया में उन्नत हो सभी विकास हो सकेगा। विश्वास ज्ञान और आचार—ये तीन किन्तुने पवित्र सत्य हैं। इनकी पवित्रता को जीवन के कर्म-कर्म में रमने दो। फिर देखो तुम क्या ये सब क्या हो गए हो ?

आत्मा में अनन्त शक्ति है। इस पर विश्वास करो इसका चिन्तन और मनन करो फिर अपनी सभी गलत पर जल पड़े। इससे बढ़कर विकास का अन्य कोई मार्ग नहीं है।

मन के विकार

मनुष्य की जिस मनोभूमि में विचार उत्पन्न होता है, वही पर विकार भी उत्पन्न होता है। विचार से विकास होता है, और विकार से विनाश। मन में जब विचार भरे होंगे, तब वहाँ विकारों को स्थान ही कहाँ मिलेगा ? जहाँ प्रकाश होगा, वहाँ अन्धकार आ ही कैसे सकेगा ? विचार प्रकाश है, और विकार अन्धकार। मन में असंख्य प्रकार के विकार उत्पन्न हो सकते हैं। परन्तु यहाँ पर मुख्य मुख्य विकारों का ही परिचय दिया जाएगा।

भावुकता—भावुकता मन का एक विकार है। भावुकता मनुष्य को असामाजिक बना देती है। इस भावनात्मक विकार का जन्म मनुष्य में बाल्य काल से ही हो जाता है। भावुक व्यक्ति में विचार करने की शक्ति नहीं रहती। भावना के तीव्र वेग में वह इतना प्रवाहित हो जाता है कि अपनी शक्ति का

सन्तुमन और उपयोष भी वह नहीं कर पाता। अपने पाप को जब तक मायुक व्यक्ति किसी ठोस काम में संलग्न नहीं कर लेता तब तक वह मायुकता के विकार से मुक्त नहीं हो सकता। मायुक व्यक्ति यथार्थवाद को झुमकर केवल धार्ष्ण्यही बन जाता है। वहाँ विचार की आवश्यकता होती है, वहाँ भी वह मायुका की तरल तरंगों में बहने लगता है।

मानसिक रोग का एक रूप यह भी है, कि मनुष्य अपनी प्रतिभय मायुक मनोवृत्ति के कारण समाज के साथ सम्पर्क नहीं बना सकना क्योंकि वह एक प्रकार से स्वप्न-वर्षी बन जाता है। पलायनवाद की वृत्ति उसमें बढ़ बसाकर बैठ जाती है। सामाजिक समरसता का उसमें प्रभाव हो जाता है, और वह एकान्त में बैठकर बिना स्वप्न ही बेका करता है। कर्म करने की समता उसमें नहीं रहनी।

नोट—संघर्ष की वृत्ति संसार के प्रत्येक प्राणी में कम प्रवृत्ति अधिक रूप में मिलती है। साथ में इसकी परिग्रह संज्ञा कड़ा गया है। परन्तु जब यह वृत्ति प्रतिवाद की रेखा को पार कर लेती है तब वह एक विनाशकारी विकृति बन जाती है।

धन का जोष धाव के संसार में सब से बड़ा बन्धन बन गया है। यह ठीक है कि धन के बिना जीवन के उपयोगी कार्य नहीं हो पाते किन्तु धन को ही लक्ष्य मानकर जीना और धन के लिए ही मर मिटना एक प्रकार का पापभक्षण ही है। धन का सब से बड़ा उपयोष है—सुख और सुरक्षा। पर यह सब से बड़ा बीका है। धन सुख ही पैता तो धनी पुन्नी क्यों होता? धन से ही जीवन की सुरक्षा हो सकती तो धनी क्यों मरता? पत-बन

को ध्येय समझना एक विकार है। विश्वास करो—“धन साधन है, साध्य नहीं।”

क्रोध—क्रोध भी मन का एक विकार है। क्रोध मन को विकृत कर डालता है। क्रोध का आधार मनुष्य की अपनी मनोवृत्ति है, न कि वह वस्तु जो क्रोध का लक्ष्य बनती है। असयत क्रोध, एक वह विकार है, जो मनुष्य के मन को, बुद्धि को और शरीर को भी अशक्त कर डालता है। बिना विवेक-बुद्धि के क्रोध पर विजय पाना कठिन है। क्रोध आने पर मनुष्य को अपने आप से ये प्रश्न पूछने चाहिए—

- १ मैं किस लिए क्रोध करता हूँ ?
- २ क्या क्रोध का कारण सच्चा है ?
- ३ मेरे क्रोध का दूसरो पर क्या प्रभाव पड़ेगा ?
- ४ क्या क्रोध करने से परिस्थिति में परिवर्तन आ सकेगा ?
- ५ यदि नहीं, तो फिर मैं व्यर्थ क्रोध क्यों करूँ ?

इन प्रश्नों पर गम्भीरता से विचार करने पर क्रोध का वेग कम होता जाएगा।

काम—काम, मन का सब से भयकर विकार है। कामी मनुष्य को कहीं पर भी शान्ति नहीं मिल पाती। वह सर्वत्र तिरस्कार ही पाता है। काम के विकार से मन चंचल हो जाता है, बुद्धि मलिन हो जाती है और शरीर क्षीण हो जाता है। काम के ताप से परितप्त मनुष्य सदा आकुल व्याकुल बना रहता है। कामी मनुष्य न संसार की साधना कर सकता है, और न मोक्ष की साधना ही कर सकता है। ब्रह्मचर्य की कठोर साधना से इस विकार को जीता जा सकता है।

अथ—मनुष्य के मन के विकारों में भय भी एक भयंकर विकार है। भयानकता किसी वस्तु में नहीं होती बह होती है—मनुष्य के मन की कायरता में। आत्म-विश्वास की कमी से ही भय उत्पन्न होता है। समझता की भावना से मनुष्य भयभीत हो उठता है। अपनी असुरक्षा की सम्भावना भी मन में भय को पैदा करती है। जिस काम से आपको भय लगता है वही करो भय पर विजय पा सकते हैं।

संशय—जिस व्यक्ति को अपनी साधना में संशय होता है वह कभी सफल नहीं हो सकता। संशय-शील व्यक्ति को हर समय यही ध्यान रहता है कि लोग उसकी आलोचना कर रहे हैं उसके विरुद्ध षडयन्त्र रच रहे हैं। यह दुर्भाग्यवान मनुष्य के मन को चारों ओर से घेरे लेती है, तो उसे लगता है, कि सारी दुनिया उसकी दम्न है उसका दोस्त कोई नहीं है। अपनी शक्ति और योग्यता पर विश्वास न होने के कारण ही मनुष्य के मन में संशय उत्पन्न होता है। आत्म-श्रद्धा और आत्म-विश्वास से ही संशय के विकार को नष्ट किया जा सकता है।

इस प्रकार के मनोविकार अस्वस्थ मन में ही उत्पन्न होते हैं। जिस प्रकार शरीर के रोग शरीर को दुर्बल बना डालते हैं, उसी प्रकार मन के विकार मन को निर्बल बना देते हैं। इन विकारों को दूर करके ही मनुष्य अपने मन को स्वस्थ एवं बलवान् बना सकता है।

शक्ति का स्रोत : ब्रह्मचर्य

आध्यात्मिक विकास, मानसिक उन्नति और शारीरिक अभिवृद्धि के लिए ब्रह्मचर्य की परम आवश्यकता है। वीर्य एक शक्ति है, जिसका संरक्षण अध्यात्म दृष्टि से ही नहीं, भौतिक दृष्टि से भी आवश्यक है। ओजस्, तेजस् और कान्ति—ये सब वीर्य शक्ति के ही चमत्कार हैं। वीर्य की महत्ता का इससे प्रबल प्रमाण और क्या होगा, उसी से जीवन की उत्पत्ति होती है। वह प्राणी को बनाने वाला एक प्राण-दायक तत्त्व है। 'सुश्रुत' में वीर्य की परिभाषा करते हुए कहा गया है—“प्रभूत-कार्य-कारिणि गुरो वीर्यम्।” अर्थात्—वीर्य उस वस्तु को कहते हैं, जिसमें विशेष कार्य करने का गुण हो। प्राणी के शरीर में प्रधान तत्त्व वीर्य ही होता है। वीर्य ही शरीर को पुष्टि देता है, वही रोगों के बाहरी आक्रमण से उसे बचाता है और मन की धीरता, गम्भीरता एवं शान्ति को बरकरार रखता है। यह बात स्पष्ट ही है, कि

वीर्य-हीन की अपेक्षा वीर्य-सम्पन्न व्यक्ति—अधिक बलवान्, अधिक योग्य और अधिक सक्षम होता है।

‘सुश्रुत’ में कहा है कि— ‘अनासूरेण सम्मवति’ अर्थात् वीर्य अन्न से बनता है। अतः इसको अन्न-विकार भी कहते हैं। आहार की शुद्धता से ही शुद्ध वीर्य बनता है। उत्तेजक पदार्थों के सेवन से और मादक द्रव्यों के सेवन से वह विकृत हो जाता है जिससे परिणाम स्वल्प पित्त में अचमत्ता और शरीर में विकार की उत्पत्ति होने लगती है। अतः ब्रह्मचर्य के परिपालन के लिए शुद्ध एवं सात्विक आहार ही सेवा चाहिए।

मन की बाधना से भी वीर्य प्रभावित होता है। मन में कामना उठने पर उत्तेजना होती है। बाधना के बार-बार उठने पर शरीर की शक्ति का ह्रास होता है। अतः ब्रह्मचर्य की रक्षा के लिए मानसिक संयम आवश्यक है। बिना संयम के ब्रह्मचर्य का पालन नहीं किया जा सकता।

मनुष्य के शरीर का उत्पन्न मात्र वीर्य है। बुद्धिमान् लोग वीर्य रक्षा को जीवन का लक्ष्य बिन्दु मानते हैं। वीर्य के नाश से जीवन का विनाश हो जाता है। भोजन से पहले जो उत्पन्न बनता है, उसे रस कहते हैं। रस से रज, रज से मांस मांस में मेद, मेद से अस्थि अस्थि से मज्जा और मज्जा से वीर्य बनता है। शरीर की भौतिक शक्तियों का अन्तिम सार वीर्य है। आयुर्वेद के इस सिद्धान्त को पाश्चात्य पण्डितों ने भी कुछ कष्ट से स्वीकार किया है। आयुर्वेद के अनुसार वीर्य का स्थान सम्पूर्ण शरीर है।

पाश्चात्य शरीर-विज्ञान के पण्डित वीर्य को सात बाहुओं का सार नहीं मानते। उनके कथनानुसार वीर्य सीधा रज से उत्पन्न

होता है। वे लोग उसे सम्पूर्ण शरीरस्थ भी नहीं मानते हैं। परन्तु दोनों विद्वान् इस विषय में एक मत हैं, कि वीर्य शरीर का एक महामूल्यवान् तत्त्व है।

वीर्य की अभिवृद्धि और उसकी क्षति का सीधा प्रभाव मनुष्य के मस्तिष्क पर भी पड़ता है। बुद्धि को सतेज बनाए रखने के लिए और शरीर को सक्षम बनाए रखने के लिए ब्रह्मचर्य का पालन परम आवश्यक है। शरीर से, इन्द्रियो से, मन से और बुद्धि से इस व्रत का पालन होना चाहिए। इन्द्रिय-निग्रह और मनोनिरोध के बिना इस व्रत का पालन सम्भव नहीं है।

नेत्र और रूप—रूप, नेत्र का विषय है। मनुष्य के मनोविकार को जागृत करने के लिए नेत्र बहुत काम करते हैं। जिघर आँखें उठाते हैं, उधर ही उन्हें खींचने वाले प्रलोभन नजर आते हैं। नाटक, सिनेमा, नृत्य, संगीत और रंग-रूप—ये सब मिलकर मन पर आक्रमण करते हैं, प्रसुप्त मन को जागृत करते हैं। प्राचीन ऋषियो ने “नर्तनं गीतं वादनं” कहकर इन सब का निषेध किया है। ब्रह्मचर्य के नियमों में दर्पण देखने का भी निषेध किया है, क्योंकि दर्पण में देखने से भी विकार जागृत होता है। अतः नेत्र-संयम ब्रह्मचर्य के लिए आवश्यक है।

श्रोत्र और शब्द—शब्द, श्रोत्र का विषय है। नृत्य के साथ-साथ कान के व्यसन गीत आदि का भी ब्रह्मचर्य की साधना करने वाले के लिए निषिद्ध है। गाने बजाने का अधिकार ब्रह्मचारी को नहीं दिया गया, क्योंकि गाना-बजाना ब्रह्मचर्य में हानिकारक है।

घ्राण और गन्ध—गन्ध, घ्राण का विषय है। बाजार तरह-तरह के गन्धों से भरा पड़ा है। फूलों से जो सुगन्धित पदार्थ

बनते हैं, वे भी मनुष्य की वासना को उपशुद्ध करते हैं। ब्रह्मचारी के लिए फूल इन घोर चन्दन आदि पदार्थों का निषेध हमी भाषा से किया गया है। सादा जीवन और उच्च विचार ही ब्रह्मचारी का परम धर्म है।

स्पर्श और स्पर्श—स्पर्श स्पर्शन का विषय है। स्पर्श वासना का आदि घोर अन्त है। स्पर्श वासनामय मनोभावों को बाधित करने का सब से बड़ा साधन है। जो व्यक्ति स्पर्श की प्रशमन प्राप्ति से बच जाता है, वह उनके घुरे परिणामों से भी बचा रहता है।

रसना और रस—रस रसना का विषय है। रसीले और मीठे पदार्थ ब्रह्मचारी के लिए निषिद्ध हैं। लटाई, मिठवाई, मिरच-माससे घोर घुरा तम्बाकू, मक्खन, चाय एवं काफी आदि का सेवन ब्रह्मचर्य के लिए नाशक है। इन सब का ब्रह्मचर्य पर बहुत घुरा असर होता है। शरीर की रक्षा के लिए भोजन तो आवश्यक है, परन्तु वेदपन तो एक प्रकार का रोग ही है। ब्रह्मचर्य की प्राप्ति के लिए तामसिक और राजसिक भोजन का निषेध है। केवल सात्विक भोजन से ही ब्रह्मचर्य की रक्षा हो सकती है।

धृति निबन्ध—ब्रह्मचर्य का धर्म है—वासना बन्ध। किसी भी घुरी भावत को छोड़ने का पहला नियम यह है कि अपनी घुरी इच्छा-शक्ति सदा तो अपने मन में संकल्प करो, कि—'मैं इस घुरी भावत को छोड़ रहा हूँ, बिस्तुतः छोड़ रहा हूँ। अब फिर कभी इस घुरे काम को मैं नहीं करूँगा।'

वृत्त निबन्ध—जब तक अभी भावत घुरी तरह से जीवन में स्थान न बना ले, तब तक एक क्षण के लिए भी उसमें हीन न

होने दो। युद्ध में छोटी सी भी विजय आगे आने वाली बड़ी विजय में सहायक होती है। इसी प्रकार छोटी-सी पराजय भी और पराजय की तरफ ले जाती है। 'एक बार और' वम यह ढील ही इच्छा-शक्ति को, सकल्प बल को कमजोर बनाती है। अतः सावधानी आवश्यक है।

तोसरा नियम—जो सकल्प करो, उसे क्रिया में लाने का जो भी मौका मिले, उसको कसकर पकड़ लो। अवसर यदि हाथ से निकला, तो सदा के लिए ही निकला समझो। बीता समय कभी लौटकर नहीं आता। शुभ सकल्प को जितना जल्दी हो सके, आचरण में उतारने का प्रयत्न करो।

चौथा नियम—जो आदत डालना चाहते हो, उसके सम्बन्ध में कुछ न कुछ काम प्रतिदिन किया करो। समस्या और उलझन से परेशान और हैरान होने की जरूरत नहीं है। उनका हल निकालने का प्रयत्न करो, सफलता अवश्य ही मिलेगी।

'ब्रह्मचर्य' यह एक चार अक्षरों का छोटा-सा शब्द है, किन्तु इसका भाव बहुत गम्भीर है। 'वीर्य' रक्षा ब्रह्मचर्य का स्थूल रूप है। 'ब्रह्म' का अर्थ है—महान् और 'चर्य' का अर्थ है—विचरना। अर्थात् 'महानता में विचरना ही वस्तुतः ब्रह्मचर्य है। लघु से विराट् होना ब्रह्मचर्य है।'

मिशु जीवन की गति-विधि के सम्बन्ध में जैनाग्रहों में बहुत कुछ लिखा है। क्यों नहीं समस्त संस्कृति का केन्द्र बिन्दु मिशु ही रहा है। यतः उसके साधनामय जीवन के सम्बन्ध में जैनाग्रहों में विस्तृत वर्णन मिलता है। मस्तुत लेख में सुप्रसिद्ध भाषाकार धात्र "दशबैकामिक" की एक गाथा उद्धृत की जा रही है जिस में बतलाया गया है कि मिशु को सुहृत्स्व के कारण से निम्ना किन्तु प्रकार ग्रहण करनी चाहिए।

बौद्ध धर्म भी समस्त संस्कृति का अङ्गभूत रहा है। यतः बौद्ध पिटकों में भी मिशु जीवन का विधि-विधान उपलब्ध होता है। बौद्ध धर्म के प्रसिद्ध ग्रन्थ "धम्म पत्र" में भी एक गाथा ऐसी मिल रही है जो "दशबैकामिक" की गाथा से शब्द धर्म और भाव—तीनों में बहुत कुछ मिलती-जुलती-सी है। मैं

पाठको के समक्ष दोनों गाथाएँ रख रहा हूँ। आप पढ़िए और विचार कीजिए कि दोनों में कितनी समता रही हुई है।

“जहा दुमस्त पुष्फेसु भमरो आधयद् रस,
ण य पुष्फ किलामेद्द सो य पीणेद्द अप्पय ।”

अर्थात्—‘जैसे वृक्ष के फूलों पर आकर भ्रमर फूलों को जरा भी हानि न पहुँचा कर, उचित मात्रा में रसपान करके अपने आपको परिवृत कर लेता है, वैसे ही भिक्षु भी गृहस्थ के घर से उचित भक्त-पान ग्रहण करके अपना जीवन निर्वाह करता रहता है।’

अब जरा “धम्म पद” गाथा भी पढ़िए—

“यथापि भमरो पुष्फ वण्णगन्ध अहेठ्य
पलेति रसमादाय एव गामे मुनो चरे ।”

अर्थात्—“जैसे भ्रमर पुष्प के रूप और गन्ध को क्षति पहुँचाए बिना ही रसपान करके दूर भाग जाता है, वैसे ही भिक्षु को भी गृहस्थ के घर से थोड़ा भोजन लेना चाहिए।”

प्रतिपाद्य विषय—जैनागमों में भिक्षु के लिए “महुगार समा” अर्थात् “मधुकर समा” विशेषण आता है। जिसका अर्थ है—भ्रमर के समान जीवन बिताने वाला। जिस प्रकार भ्रमर किसी एक ही फूल के आश्रित न होकर, अनेक फूलों से थोड़ा-थोड़ा रस-संचय करके अपनी आत्मा की परिवृत कर लेता है, उसी प्रकार भिक्षु भी गृहस्थ के घरों से अपनी विधि के अनुसार भक्त-पान ग्रहण करता है। जहाँ से मिला और जैसा मिला, खा पीकर अपनी साधना में रत रहता है। वह जीवित रहने के लिए भोजन करता है, भोजन करने के लिए जीवित नहीं रहता। जैनागमों में

अनेक स्थानों पर 'मोक्षरी' मधुकरी और अमर-वृत्ति का उल्लेख मिलता है। वैदिक साहित्य के सुप्रसिद्ध ग्रन्थ 'मनुस्मृति' में भी संन्यासों के लिए मधुकरी का विधान है। अतएव जैनागमों में महागण्डेसु रीमन्ते कहा है। जिसका तात्पर्य है, कि मिथु गृहस्थ के घर जैसा भोजन तैयार है, उसी में से थोड़ा-सा ग्रहण कर लेता है। स्वयं के लिए बनाया हुआ ग्रहण नहीं करता।

एक सम्म और एक—दोनों गाथाओं में सम्म प्रायः एक जैसे ही है, क्योंकि अर्धमासभी और पाली भाषा में बहुत समानता है। मेद केवल इतना ही है कि पाली भाषा संस्कृत भाषा से अधिक निकट है जब कि अर्धमासभी कुछ दूरबठिनी रहती है। पाली में 'उपाधि' और 'रसमादाय' आदि पद अधिकतर लेश प्रयुक्त हैं, परन्तु मासभी में यथा का—“जहा” और ‘पापिबति’ का ‘पापियद्’ रूप बन जाते हैं। फिर भी एक गाथाओं की भाषा में कोई विशेष अन्तर दृष्टिमोक्ष नहीं होता।

भाषा के मुख्य गुण हैं—प्रसाद और माधुर्य। ‘धम्मपद’ की भाषा में वैसा प्रसाद तथा माधुर्य नहीं है जैसा ‘दशवेकालिक’ की भाषा में देखा जाता है। उसकी भाषा में दुर्बलता भी नहीं है जबकि ‘धम्मपद’ की भाषा में ‘अहेठ्यं’ पद का अर्ध माधारण अनुप्रास नहीं समझ पाता। प्रसाद माधुर्य और सुबोध्यता की दृष्टि से ‘दशवेकालिक’ की भाषा सर्वोत्तम एवं सुन्दर है।

भाषा के साथ छन्द का भी सम्बन्ध है। जैसे तो ‘धम्मपद’ और ‘दशवेकालिक’ सुत्र में उपजाति छन्द का भी प्रयोग किया गया है। अनुष्टुप छन्द का क्षेत्र बहुत विस्तृत है। प्रायः पौपवेदिक और शार्ङ्गिक ग्रन्थों में इसी छन्द का प्रयोग अधिक मिलता है।

अलंकार—अलंकार का अर्थ है—काव्य की सजावट । अलंकार शास्त्र में “उपमा” बहुत ही प्रसिद्ध अलंकार रहा है । उपमा का अर्थ है—लिखने का एक ढंग, जिसे अंग्रेजी में Style स्टाइल कहते हैं । उपमा अगर सुन्दर हो और उसका व्यवहार उचित स्थान पर किया जाए, तो उससे काव्य का सौन्दर्य बढ़ता है । उपमा का प्रयोग रचना का एक खास ढंग है । काव्य की बात छोड़िए, रोज की बोलचाल में भी हम उपमाओं का प्रयोग किया करते हैं । जैसे कि “ताड़-सा लम्बा” चाँद-सा मुखड़ा और कमल से नेत्र आदि ।

जैनगमों में भी अलंकारों का और विशेषतः उपमा का खुलकर प्रयोग किया गया है । उपमा के द्वारा किसी भी गहन विषय को बड़ी सरलता से समझाया जा सकता है ।

उक्त दोनों गाथाओं में उपमा अलंकार है, और उसके द्वारा शास्त्रकारों ने भिक्षु जीवन की महत्ता बड़े सुन्दर ढंग से प्रतिपादित की है । यहाँ भिक्षु उपमेय है और भ्रमर उपमान, गृहस्थ उपमेय है और पुष्प उपमान । गृहस्थ को पुष्प बतलाकर भिक्षु को भ्रमर बतलाया गया है । यह उपमा कितनी सुन्दर रही है । इस ढंग की उपमाएँ आगमों में स्थान स्थान पर उपलब्ध हो सकती हैं । उपमा के द्वारा वक्तव्य विषय को समझाने का ढंग बहुत ही प्राचीन काल से चला आ रहा है ।

भावविशक्ति—भावों की अभिव्यक्ति, भावनाओं की अभिव्यक्ति और भावों का सुन्दर ढंग से प्रकटीकरण जैसा दशवैकालिक सूत्र की गाथा में वन पड़ा है, वैसा धम्म-पद की गाथा में नहीं । “भमरो आवियइ रस” में जो सौन्दर्य है,

वह 'यमेति रसमादाय' में नहीं है। यद्यपि भ्रमर रस लेकर आता है। भावना तो भय से होता है। क्या रस-पान करते समय उस पर कोई प्रहार करता है? जिससे वह भाग खड़ा होता है। और "रसमादाय" इससे कोई मर्यादा स्थापित नहीं होती। 'यादियद् रसं' भ्रमर पृथ्वी से रस-पान करता प्रकल्प है। परन्तु मर्यादा से उचित माना में ही पान करता है। 'आश्चर्यं वा पातु का मयं'—मर्यादा से पान करना। यावा के चतुर्थ चरण में वह भी बतला दिया कि भ्रमर से अपनी प्रतिष्ठा भी करनी और पुष्प को किसी प्रकार की क्षति भी नहीं पहुँचाई। "तो य वीणेह यप्ययं" से किन्तु सुन्दर मायामिम्बुछि हो रही है। और 'किसामेह' का जो महत्त्व है, वह 'महेठ्यं' का नहीं हो सकता।

परन्तु यम्म-पद वाया की अपनी एक विशिष्टता भी है, जो दूसरी वाया में नहीं है। वहाँ पुष्प का एक विशेषण भी है, "यम्म गन्धं" भ्रमर पुष्प के रस और गन्ध को क्षति नहीं पहुँचाना। मान रस को ही ग्रहण करता है। वहाँ पुष्प का 'यम्म गन्धं' विशेषण बहुत ही सुन्दर रहा है।

संक्षेप-विवरण— 'मावर में सायर' मर देना घबराहट का एक बहुत बड़ा पुष्प माना जाता है। यम्म-पद की वाया में उक्त पुष्प सुन्दर ढंग से प्रयुक्त हुआ है। उसके चतुर्थ चरण में 'एवंनामे मुनी चरे' कहकर कमाल कर दिया है। अत्यन्तैकान्तिक की चार गाथाओं में जो माय है वह सब इस एक ही वाया से अभिव्यक्त हो गया है। इसका कारण यह है कि इसमें "उपमेय" (मुनि) पद का समावेश है, जब कि दूसरी वाया में उसका निर्देश नहीं किया

गया है। सक्षेप की दृष्टि से धम्म-पद की गाथा बहुत सुन्दर रही है।

इस ऊहापोह से यह भली-भाँति ज्ञात हो जाता है कि जैनधर्म के आचार-विचार की छाप बौद्ध साहित्य पर स्पष्ट झलक रही है। भिक्षु जीवन से सम्बन्धित बौद्ध गाथा, जैन गाथा का शब्दशः और भावतः अनुवाद मात्र है। इस प्रकार और बहुत-सी गाथाएँ भी मिलती हैं। परन्तु यहाँ उक्त गाथाओं पर ही विचार किया है।

महाप्राण वीर लोकाशाह

बैन-संस्कृति का मूल बीज है—'विचार और भाषा ।' बम्भीर चिन्तन और प्रकार भाषा—स्वानुवासी बैन-धर्म का मोक्ष का वही मूल कर्म है । स्वानुवासी बैन-धर्म का मोक्ष भाषा है—चेतन्य देव की आराधना और विष्णु-चारित्र्य की शोधना । शोधक को जो कुछ भाषा पाना है वह अपने मनोर से ही पाता है । विचार को भाषा का रूप देना है ।

धर्म प्राण लोकाशाह ने यही तो किया । समाज जब स्तुतत्व की ओर आकर्षित हो रहा था तब वीर लोकाशाह ने कहा—'यह धर्म का मङ्गलमय मार्ग नहीं । धर्म तो आत्मा की वस्तु है । उसे बाहर से मत देखो । सत संस्कृति का जो मूल स्वर था लोकाशाह की वाणी में वही अंकित था ।

जामी होने का सार है—संयमी होना । संयम का धर्म है—अपने आप पर नियन्त्रण रखना । यह नियन्त्रण किसी के दबाव से

नहीं, स्वतः सहज भाव में होना चाहिए। मानव जीवन में समय व मर्यादा का बड़ा महत्त्व है। जब मनुष्य अपने आपको समय व मर्यादा रखने की कला हस्तगत कर लेता है, तब वह मच्चैः अर्थ में ज्ञानी होता है।

भौतिकता से हट कर अध्यात्म-भाव में स्थिर हो जाना, यही तो स्थानकवासी जैन धर्म का स्वस्थ और पूर्ण दृष्टिकोण कहा जा सकता है। आत्मदेव की आराधना के साधन भी अमर ही होने चाहिए। शाश्वत की साधना अशाश्वत से नहीं की जा सकती।

लोकाशाह एक ऐसे युग में आया, जब कि भारत अन्दर की ओर न निहार कर बाहर की ओर भाँक रहा था। जन यह भूलता जा रहा था, कि जिनत्व, निजत्व में नहीं, कहीं बाहर में है। स्थानकवासी धर्म ने नारा लगाया कि—“यदि जिनत्व पाना हो, तो निजत्व की साधना करो।”

उस युग के क्रान्तिकारी वीर लोकाशाह ने कहा—

“सबतो महान् वह है, जो अपने को अपने अनुशामन में रख सकता है। समय से ही विकारो का दमन होता है, और विचारो का उन्नयन होता है।”

जीवन विकास का यह मूल मन्त्र है, जो उस युग की जनता को लोकाशाह ने दिया था। वीर लोकाशाह के विशुद्ध विचारो का विरोध भी तो बहुत हुआ, पर उस वीर ने विरोध में भी विनोद ही माना।

लोकाशाह ने उस युग के साधको को सलक्ष्य करके कहा—
“समय का ध्येय आध्यात्मिक उन्नयन है, न कि अपने आदर-

सत्कार की संयोजना । जो व्यक्ति संयम-हीन है, वह ज्ञान-हीन भी होमा ही । क्योंकि संयम-साधना मुक्त ज्ञान ही सच्चा ज्ञान है । अथवा 'बाल भार' किता किता ।

स्थानकवासी जैन-धर्म की विशुद्ध परम्परा प्रचार धारण और वैतन्य देव की धारणना साधना और उपासना में ही है । धारण और विचार का अनुमम ही वस्तुतः धर्म का धारण है ।

लोकाशाह का सम्पूर्ण जीवन विचार और धारण के समन्वय में ही व्यतीत हुआ था । जीवन की विविधता उसे बचकर नहीं थी । वह विनाश सत्कृति का उपासक था ।

महाप्राण बीर लोकाशाह धारण नहीं है परन्तु उसके विचार धारण भी समाज को अनुप्राणित कर रहे हैं । जिस विचार-व्योति को लेकर वह चला था वह धारण भी यह पूरे पहियों को सही राह की ओर इशारा कर रही है ।

विचार-कण

श्रमण संस्कृति हो या ब्राह्मण संस्कृति, हमें नाम पर सघर्ष नहीं करना है। हमारे पास तो संस्कृति के संस्कृतित्व को नापने का एक ही गज है। जो संस्कृति मानव-समाज के लिए यह सन्देश देती हो कि—“तुम खुद जिन्दा रहो और दूसरो को भी जिन्दा रहने दो”—वही संस्कृति वस्तुतः सच्ची संस्कृति है। इनका ही नहीं, संस्कृति को आगे बढ़कर यह भी अमर प्रेरणा देनी होगी कि समय आने पर दूसरो को जिन्दा रखने के लिए योग्य सहायता भी दो, सेवा भी करो। और हाँ, संस्कृति की अन्तिम भूमिका पर पहुँचने के लिए, कभी किसी पर मरण-भूलक सकट काल आ पड़े तो दूसरो के जीवन की रक्षा के लिए अपना जीवन तक भी हर्ष भाव से अर्पण कर दो। है कोई ऐसी संस्कृति, जो अपने को इस जीवनोत्सर्ग की कसौटी पर कसने के लिए तैयार हो ?

x

x

x

x

मनुष्य । तेरे पक्षी के लिए सबसे अच्छी पुस्तक तू स्वयं ही है । तेरे घर में जीवन के रहस्य एक नहीं बर्रनहीं हथार नहीं भाव नहीं करोड़ नहीं धर्म नहीं अपितु धनन्त है— धनन्त ! जब तू अपने घर में झँकेया तो सब भेद खुलकर स्पष्ट हो जाएंगे ।”

किसी दार्शनिक का यह सिद्धान्त बहु सिद्धान्त है जो मानव-जाति के लिए कभी भी धुसने की चीज नहीं है— ‘मनुष्य ही मनुष्य के लिए सबसे अधिक अध्ययन करने की वस्तु है ।’

×

×

×

×

वही समाज और राष्ट्र धर्मक्षेत्र है जिसकी ओर में भवि क्रांतिक उथार, संयमी तपस्वी वधाधु और प्रसन्न प्रात्माएँ फसती-फूलती हों ! और जो समय पर जीने और मरने की कसा जानता हो ! और जिसका सबसे बड़ा देवता या ईश्वर मनुष्य हो ! और जो भू-मण्डल भर की श्रेष्ठता एवं नैतिकता को अपने जीवन में सहर्ष धारणसाध कर सके !

×

×

×

×

त्याग एवं तपस्या का प्रतीक ब्राह्मण है, शक्ति एवं संयम का प्रतीक क्षत्रिय है, संघर्ष एवं वितरण का प्रतीक वैश्य है तथा सेवा का प्रतीक शूद्र है । इनमें कोई उच्च नहीं कोई नीच नहीं । चारों वर्ग एक-दूसरे के पूरक बनकर राष्ट्र को धम्मुदय एवं निष्प्रेमस के सर्वोच्च सिंकार तक ले जाने में पूर्णतया समर्थ एवं सफल हों इसी भावना से प्रेरित होकर उक्त सामाजिक व्यवस्था का प्रारम्भ हुआ था । दुर्भाग्य से वह श्रुतना भाव टूट चुकी है । धाव रह गया है, केवल जन्म-जात जातीय घट्टकार या हीन भाव । एक तरफ ऊँचे-ऊँचे टीले हो गए हैं, तो दूसरी तरफ

गहरे गहरे गड्ढे । इस अन्तर को मिटाने में ही, जन्म के स्थान पर कर्म को महत्व देने में ही जनना का कल्याण है ।

x x x x

कभी कुछ क्रान्तियाँ आँधी की तरह आती हैं और पानी की तरह वह जाती है । आँधी जब आती है, तो क्या होना है ? जमीन और आसमान एक रूप हो जाते हैं, एक भूकम्प । एक भटका । धक्के पर धक्के । ऐसा मालूम होता है, मानो सब उड़ जाएगा, अब कुछ भी स्थिर न रह सकेगा ! परन्तु आँधी का जीवन कितना क्षण-भंगुर । वृक्षों को गिरा देना, छप्परो को उड़ा देना, सब ओर कूड़ा ही कूड़ा फैला देना, यही तो काम है आँधी का । जरा से जीवन में इतनी अव्यवस्था ! इतनी तोड़-फोड़ । ऐसी क्रान्ति हमें नहीं चाहिए । हमें चाहिए विकाश की क्रान्ति, व्यवस्था की क्रान्ति ।

x x x x

घास जितनी जल्दी उगती है, उतनी ही जल्दी सूख भी जाती है । वट-वृक्ष का विकाश जितना ही धीरे-धीरे होता है, उतना ही वह स्थायी तथा पीढ़ियों तक चलने वाला होता है । बताओ तुम्हें घास बनना है या वट वृक्ष । विकाश के प्रति शीघ्रता न करो । यदि प्रगति धीमी है, तो कोई हानि नहीं । वह तुम्हारे लिए वरदान प्रमाणित होगी । घुआँधार वर्षा की अपेक्षा रिम-भिम वर्षा अधिक लाभप्रद है ! तूफानी वर्षा का जल वह जाता है, परन्तु रिम-भिम बरसने वाला जल भूमि में गहरा बैठ जाता है, खेतों को हरा-भरा कर देता है ।

x x x x

मवन-निर्माण के कार्य में कुमल राज एक ईंट से दूसरी ईंट किस प्रकार जोड़ता है, दो ईंटों के बीच कमा द्वारा न पड़े इसके लिए वह किस मसाले का उपयोग करता है, ईंट अच्छी हो—इसके लिए वह उसे जोड़ने के पहले किस प्रकार ठोंक-जमा कर देखता है, और ईंटों का समग-समय अस्तित्व समाप्त कर उन सब को लोगों के सामने एक मंच के रूप में किस प्रकार प्रदर्शित करता है, यह देखना और समझना मानव के लिए अत्यन्त आवश्यक है। जीवन का महम भी इसी तरह बढ़ा होगा। जितना अच्छा मचलन होना, जितनी अच्छी एक कपता होगी, उतना ही अच्छा एक चिरस्वायी परिवार, समाज और राष्ट्र का जीवन होगा। तारा के पत्तों के महम की तरह असतटित जीवन बिलना बरही बनना है, उतना ही जरूरी यह कण-अंदुर भी होगा है।

सर्वोदय तत्त्व-दर्शन

धर्म, दर्शन और विज्ञान—परस्पर सम्बद्ध हैं, अथवा एक दूसरे से सर्वथा विपरीत हैं ? मानव जीवन के लिए तीनों कहाँ तक उपयोगी हैं ? मैं समझता हूँ कि ये प्रश्न आज नहीं तो कल अवश्य अपना समाधान माँगेगे—माँग चुके हैं। धर्म और दर्शन में तो आज ही नहीं, युग-युग से साहचर्य रहा है, आज भी है। धर्म का अर्थ है—आचार। दर्शन का अर्थ है—विचार। भारतीय धर्मों की प्रत्येक शाखा ने आचार और विचार में, धर्म एवं दर्शन में समन्वय स्थापित करने का प्रयत्न किया है। गीता में सांख्य-बुद्धि और योग-कला का सुन्दर समन्वय किया गया है। बौद्धों में हीनयान और महायान—आचार तथा विचार के क्रमिक विकास के बीजभूत हैं। हीनयान धर्म (आचार) प्रधान रहा, तो महायान दर्शन (विचार) प्रधान बन गया। जैनों में धर्म और दर्शन के नाम पर आचार तथा विचार को लेकर

सांख्य-योग एवं होनमान-महायान जैसे स्वतन्त्र विमेद तो नहीं पड़ सके। क्योंकि एकान्त भाषार तथा एकान्त विचार जैसी वस्तु घनेकान्त में कबमपि सम्मिलित ही न थी। भाषार्यों ने भाषार में ग्रहिसा और विचार में घनेकान्त पर विशेष बल दिया जबस्य फिर भी यहाँ धर्म और दर्शन अपना स्वतन्त्र अस्तित्व स्थापित नहीं कर सके। दोनों का गंगा-यमुना रूप ही घनेकान्त में छिट बैठ सकता था। जब रही विज्ञान की बात। विज्ञान है क्या? यदि सत्य का अनुसन्धान ही वास्तव में विज्ञान है तो वह भी दर्शन की एक विशेष पद्धति होने का नामान्तर होना। यदि वहाँ मेद जैसी कोई चीज आवश्यक ही है, तो मात्र इतना मेद किया जा सकता है कि विचार के दो पक्ष होंगे—एक आन्तरिक अनुसन्धान वृत्त और भौतिक अनुसन्धान। अन्दर की खोज और बाहर की खोज। पहला दर्शन कहा जाएगा वृत्त विज्ञान। परन्तु बाहिर धर्म दर्शन और विज्ञान—तीनों एक-दूसरे के पूरक हैं बिपटक नहीं। इस धर्म में वे तीनों एक-दूसरे के पूरक ही हैं, बिपटक नहीं। इस धर्म में वे तीनों एक-दूसरे से सम्बद्ध ही रहे जा सकते हैं।

बालकृष्ण का गुण स्वरः सर्वोदय—धर्म और दर्शन किना भाषार और विचार का समन्वय भाव ही नहीं गुण-युवान्तर से प्रसीद्ध रहा है—मार्तीय परम्परा में। कृष्ण ने जिस शास्त्र तत्व को कर्मयोग एवं ज्ञानयोग कहा महावीर ने उसी को ग्रहिसा तथा घनेकान्त कहा। गांधी ने उसी तत्व का एक सङ्घ से कह दिया—सर्वोदय। हुँत में प्रवृत्त की खोज निज में जिनस्य का अनुमान और पर में स्व की अनुसूति का नाम ही सर्वोदय है। प्राणि-मान में समानता का भाषार ही सर्वोदय की अन्तर्भूमि है। सर्वोदय

आखिर है क्या ? सब का उदय, सब का उत्कर्ष, सब का विकास और सब का कल्याण ही तो सर्वोदय है । सर्वोदय आज का धर्म नहीं, भारतीय सस्कृति का तो यह मूल स्वर है । भारत के प्राचीन साहित्य में सर्वोदय के बीज बिखरे पड़े हैं—

“सब सुखी रहे । सब स्वस्थ रहे । सब के सब कल्याण भागी बने । कोई कभी कही दुखी न हो ।”^१

“सब जीव मुझ को क्षमा करें । मैं भी सब को क्षमा करता हूँ । सब के साथ मेरी मित्रता है । किसी पर भी मेरा वैर-भाव नहीं है ।”

विश्वात्मा की भव्य भावना भारतीय साहित्य के पृष्ठों पर आज ही अंकित नहीं हुई है । गांधी जी इस भावना के सृष्टा नहीं, उपदेष्टा थे । भारतीय वाङ्मय में ऐसे उल्लेख हैं, जिनमें गांधी जी से बहुत पूर्व ही ‘सर्वोदय’ शब्द अंकित हुआ है । ‘सर्वोदय’ शब्द का प्रयोग आचार्य समन्तभद्र की वाणी में हो चुका है ।

सर्वोदय का ध्येय बिन्दु — जैन-परम्परा के महान् दार्शनिक आचार्य समन्तभद्र ने भगवान् के धर्म-शासन को ‘सर्वोदय’ कहा है । तीर्थंकर का धर्म-शासन एक ऐसा शासन है—

“जिसमें सब का उत्कर्ष है, सब का उदय है, सब का विकास है । उसका अन्त कभी नहीं होगा । वह समस्त अपराधों का अन्तकर है ।”^२

१ सर्वे भवन्तु सुखिन सर्वे सन्तु निरामया ।

सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चित् दुःख-भाग् भवेत् ॥

२ सर्वापदामन्तकर निरन्त सर्वोदय तोयमिव तद्वैव ।

सर्वोदय मानता है कि सब का उदय कोरा स्वप्न कोरा प्रार्थना नहीं है, वह प्रार्थना प्रबल है किन्तु व्यवहार के योग्य है। उसे जीवन में उतारा जा सकता है। सर्वोदय का भावार्थ ठीका है। यह ठीक है, परन्तु न तो यह अप्राप्य है और न असाध्य। ही प्रयत्न साध्य प्रबल है। सर्वोदय का भावार्थ है विश्वात्म-भाव और उसकी नीति है, समन्वय। मानव-निमित्त समस्त विषयमताओं का यह निराकरण करना चाहता है तथा प्राकृतिक समस्याओं का भी यह बौद्धिक समाधान करना चाहता है। प्रकृति पर विषय यह भौतिक रूप में नहीं पारम्परिक रूप में चाहता है। यत्न यह विचार की उच्चता के साथ भाषा की परिशुद्धता का भी प्रबल समर्थक है। सर्वोदयी सिद्धान्त में जीवन एक विज्ञान भी है, एक कला भी। जीवन-मात्र के प्रति समानता की भावना यह सर्वोदय का मुख्य ध्येय है।

प्राथमिक के लिए सहानुभूति रूप समुत्तम सब मानवी जीवन में प्रवाहित होता है। तब सर्वोदय की सूनि में से कल्पवृक्ष प्रकुरित पल्लवित एवं फलित होते हैं। सर्वोदय राजनीति में नहीं सोवनीति में विश्वास लेकर उठता है। क्योंकि राजनीति में शासन मुख्य है, लोकनीति में अनुशासन। सर्वोदय की पालन प्रेरणा है कि शासन से अनुशासन की ओर, सत्ता से स्वतन्त्रता की ओर तथा दमन से धर्म-संयम की ओर बढ़े जसो। यह अधिभार पर नहीं कर्तव्य पालन पर बल देता है। हृदय-परिवर्तन जीवन-शोधन साधन शुद्धि और प्रेम का अधिकतम विस्तार ही सर्वोदय है।

सुख दुःख का वैचारिक—सब के उदय का सब के उत्कर्ष का धर्म यही है कि कोई भी सुख किसी एक व्यक्ति या वर्ग के लिए

न होकर सबके लिए हो। सुख ही नहीं, मानव को दुःख भी बाँटना होगा। तभी समाज में समत्व-योग का प्रसार सम्भवित है, जब तक सच्चे अर्थ में सर्वोदय का समवतार नहीं माना जा सकता। यदि एक वर्ग दूसरे वर्ग का अथवा एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति का शोषण करता है, तो वह न्याय न होगा। एक की समृद्धि दूसरे के शोषण पर खड़ी नहीं होनी चाहिए। प्रकाश को अपने साम्राज्य का भव्य प्रासाद अन्धकार की नींव पर खड़ा करते किसने देखा है? क्या प्रकाश अन्धकार को अपना आधार बना सकता है? यदि नहीं, तो शोषण के आधार पर सुख कैसे खड़ा रहगा? जब तक समाज में, राष्ट्र में और व्यक्ति में भी शोषण-वृत्ति का अस्तित्व किसी भी अंश में है, तो वहाँ सर्वोदय टिक न सकेगा! सर्वोदय में शोषक, शोषक न रहेगा और शोषित शोषित न रहेगा। सर्व प्रकार के शोषण के विरुद्ध सर्वोदय का एक ही नारा है—“हम शोषक का अन्त नहीं, शोषण वृत्ति का ही अन्त करना चाहते हैं। जब समाज में, राष्ट्र में और व्यक्ति में शोषण वृत्ति ही न रहेगी, तब शोषण का अस्तित्व ही न रहेगा।” सुख दुःख में, दुःख सुख में पच जाएगा। तभी व्यक्ति का, समाज का और राष्ट्र का—सभी का उदय होगा।

सुख है, कहाँ? दुःख है, कहाँ? वस्तुनिष्ठ अथवा आत्मनिष्ठ। यदि वस्तुनिष्ठ माने जाएँ तब तो भौतिक साधनों का अधिक से अधिक संग्रह सुख का, और उनका वियोग दुःख का कारण माना जाएगा। परन्तु बात ऐसी है नहीं। समाज में सम्पन्न भी दुःखी देखा गया है, और विपन्न भी कभी सुखी। फिर तो निश्चय ही सुख दुःख वस्तुनिष्ठ नहीं रहे—आत्मनिष्ठ हो गए। मानव की मनोभूमि में से तो वे उत्पन्न होते हैं, और वही विलोप भी। अतः

सर्वोदय कहना है—सुख साधनों में आसक्ति मत होने दो तब स्वतः सुख भी सुख हो जाएगा ।

सर्वोदय की विराट भावना—सर्वोदय 'भारमणत् सर्वसूतेषु' के सिद्धान्त को लेकर बना है । समग्र विश्व की आत्माएँ एक समान हैं । उनमें ऊँच-नीच का भेद कुतिस है, स्वाभाविक नहीं । यह बाह्य है यह अन्तरि है यह वक्ष्य है यह दाम है । यह मन्तर भी समाज-हृत् है । यह नर है यह नारी है, यह भेद भी वास्तविक नहीं है । सरीर तक ही यह सीमित है आत्मा में पहुँचकर तो यह भेद भी नहीं छूटता । भेद-अभेद और अनेक में एकत्व की साधना भी सर्वोदय की एक पद्धति है । जहाँ सब का उदय समीप है वहाँ एक का उत्कर्ष समीप कैसे होना ? जो व्यक्ति अपना हित चाहता है उसे चाहिए कि वह दूसरों का हित पहले करे । क्योंकि पर-हित में स्व-हित निहित रहना ही है । दूसरों को सुख न देकर स्वयं सुखी बनने के प्रयत्न में मनुष्य का पीरब प्रगल्भ नहीं रह सकेगा । एक सच्चे सर्वोदयी की यह भावना होनी चाहिए :—

“सम्पूर्ण संसार का कल्याण हो । प्राणी एक-दूसरे के हित में मड़ा निरत रहें । हमारे समग्र शोष नष्ट हों । यहाँ वहाँ सर्वत्र मित्रता भी थीव है, वे गुनी रहें । •

अब सर्वोदय की यह विराट भावना जन-जीवन में समबनरित होगी तब मानव मन में से जन्म जाने वाले वे आत के बन्धन वे राग के बन्धन वे स्वार्थ के बन्धन और वे मानवी मन के

• मित्रवत् सर्ववन्दः परहित-निरतः अक्षय्य भुज-वन्दः ।

रीत्याः कृपायुः कार्यं, सर्वत्र गुनी अक्षय्य नीरः ॥

समस्त बन्धन स्वतः छिन्न भिन्न हो जाएँगे। मनुष्य "महती महीयान्" बन जाएगा। तभी मनुष्य को विश्वात्मा के दर्शन हो सकेंगे। हम भी जीवित रहें, पर साथ में दूसरे भी जीवित रहें। इसी विराट भावना को जन जन के मन में उतारने का प्रयत्न सर्वोदय कर रहा है। सर्वोदय की सफलता इसी में है कि मानव, मानव पर विश्वास करना सीखे।

दिव्य विचार का प्रसार—विचार और विकार दोनों की उत्पत्ति मानव मन है। विकार से पतन और विचार से उत्थान होता है। दूसरों के प्रति विद्वेष की भावना रखना, मानव मन का विकार है। सर्वोदय विकार को विचार में बदलने की एक कला है। जन जीवन में दिव्य विचारों का प्रसार करना भी सर्वोदय का एक अपना उदात्त विचार ही है। समाज के उत्थान के लिए, व्यक्ति के उत्कर्ष के लिए केवल दिव्य विचारों का प्रसार करके ही सर्वोदय विरत नहीं हो जाता, बल्कि वह आगे बढ़कर कहता है कि विचार भी जीवन में किसी प्रकार का परिवर्तन न ला सकेंगे। भारतीय सस्कृति की एक मात्र यही विशेषता है कि आदर्श को केवल आदर्श मान कर ही बैठ नहीं जाती, बल्कि उसे जीवन में उतारने की पद्धति भी बताती है।

राम की मर्यादा, कृष्ण का नैम-योग, महावीर की अहिंसा
 एव अनेकान्त । वैराग्य का सत्याग्रह—ये सभी
 आदर्श परन्तु वे जन-जीवन में
 भी उपाय केवल राम के
 साथ जनो के जीवन के
 प्रेरणा अनेकान्त केवल
 महावीर उपयोगी हैं

विषय विचार कभी किसी एक व्यक्ति में बाधित नहीं रह सके हैं। वह हो सकता है कि कभी कोई विचार किसी व्यक्ति-विशेष के आचरण से विषय बन गया हो पर वह सम्पूर्ण समाज की संपत्ति है। विचार जब आचरण में जाता है, सभी उसमें विषयता प्रस्फुटित होती है।

ग्रहिता और प्रवेकान्त :—अमय-संस्कृति जिस ग्रहिता और प्रवेकान्त की उपास भावना का पुन-पुन से प्रचार एवं प्रसार करती आ रही है, सर्वोदय में भी वही उत्कृष्ट उन्निहित है। विचार में प्रवेकान्त व्यवहार में ग्रहिता और समाज में अपरिग्रह—इन सबके सुन्दर योग का नाम ही तो सर्वोदय विचार-धारा है।

ग्रहिता नागरिक जीवन का और लोक-नीति का एक आधारभूत सिद्धान्त है। ग्रहिता प्रेम के विस्तार में प्रकट होती है। दूसरे का दुःख हमारा दुःख है दूसरे का दुःख हमारा दुःख है। इस सह-जीवन की बिराट भावना में से ही ग्रहिता प्रस्फुटित होती है। जो तेरे लिए काँटा बोता है, उसके लिए तू फूल ही मचा। तुझे फूल ही भिजेंगे उसे काँटे। परन्तु उसके लिए तू अपने मन में काँटे की भावना मत रख। तेरे फूलों की फसल अगर उसके काँटों से बढ़ी होगी तो निश्चय ही इसमें तेरी सफलता है। फिर तो तेरे आस-पास जो काँटे बिखर गए हैं, उनमें से भी पुलाव ही भरकेंगे। यही तो ग्रहिता तत्त्व का दर्शन है। दूसरे के जीवन में सहायता पहुँचाना ग्रहिता है और दूसरे के जीवन में बाधा पहुँचाना विरुद्ध है। ग्रहिता समूह और हिता विरुद्ध है। जीवन को सुखी और धान्य बनाने के लिए ग्रहिता को जीवन में उतराने दो। साध्य दुःख हो, यह तो ठीक ही है परन्तु साधन दुःख पर भी पूरा ध्यान देना चाहिए। साधन दुःख होना तो साध्य अपने साथ दुःख होगा ही।

समस्त बन्धन स्वतः छिन्न भिन्न हो जाएंगे। मनुष्य "महतो महीयान्" बन जाएगा। तभी मनुष्य को विश्वात्मा के दर्शन हो सकेंगे। हम भी जीवित रहें, पर साथ में दूसरे भी जीवित रहे। इसी विराट भावना को जन जन के मन में उतारने का प्रयत्न सर्वोदय कर रहा है। सर्वोदय की सफलता इसी में है कि मानव, मानव पर विश्वास करना सीखे।

दिव्य विचार का प्रसार—विचार और विकार दोनों की उत्पत्ति मानव मन है। विकार से पतन और विचार से उत्थान होता है। दूसरों के प्रति विद्वेष की भावना रखना, मानव मन का विकार है। सर्वोदय विकार को विचार में बदलने की एक कला है। जन जीवन में दिव्य विचारों का प्रसार करना भी सर्वोदय का एक अग्रणी उदात्त विचार ही है। समाज के उत्थान के लिए, व्यक्ति के उत्कर्ष के लिए केवल दिव्य विचारों का प्रसार करके ही सर्वोदय विरत नहीं हो जाता, बल्कि वह आगे बढ़कर कहता है कि विचार भी जीवन में किसी प्रकार का परिवर्तन न ला सकेंगे। भारतीय संस्कृति की एक मात्र यही विशेषता है कि आदर्श को केवल आदर्श मान कर ही बैठ नहीं जाती, बल्कि उसे जीवन में उतारने की पद्धति भी बताती है।

राम की मर्यादा, कृष्ण का प्रेम-योग, महावीर की अहिंसा, एवम् अनेकान्त, बुद्ध का वैराग्य और गांधी का सत्याग्रह—ये आदर्श हैं। निश्चित रूप से आदर्श हैं। परन्तु वे जन-जन्म में उतर रहे हैं। उतर सकते हैं। राम की मर्यादा केवल राम की ही नहीं मरि। आज भी वह भारतीय जनो के जीवन प्रणाली है। महावीर की अहिंसा और अनेकान्त महावीर तक ही नहीं रहे, आज भी वे उतने ही उपयोग

नहीं वहाँ तो सभी विचारों का समावर है । गांधी का सर्वोप्य गांधी का अपना नहीं उसमें सम्पूर्ण भारतीय तत्त्व दर्शन भारतीय विचार चिन्तन और भारतीय संस्कृति का सार संगृहीत है । समाज और राष्ट्र में सुख शान्ति और सन्तोष का फैलाव करना ही एकमात्र इस विचार पद्धति का मूल ध्येय है जो अभिनव हाकर भी अपने आप में पुरातन है विरचन है । भारतीय तत्त्व-दर्शन का यह एक सुवर्ण पृष्ठ है, जो अपने आप में सुन्दर सरस और सुमधुर है ।

अनेकान्त का अर्थ है—विचार सहिष्णुता । पर मत के प्रति जब तक सहिष्णुता का भाव जागृत नहीं होगा, तब तक सच्चे अर्थ में जीवन का उच्च ध्येय प्राप्त न हो सकेगा । सामाजिक जीवन में विरोध हो जाना सहज है, परन्तु वह विरोध विद्वेष न बन जाए, इसका पूरा-पूरा ध्यान रखना आवश्यक है । विरोध में समन्वय खोजना ही तो अनेकान्त है । समन्वयात्मक जीवन की स्थापना के लिए जीवन-विरोधों का परिहार हमें करना पड़ता है । व्यक्तिगत विरोध तथा समाजगत विरोध—इन सारे विरोधों का परिहार करने की जो पद्धति है, उसी को अनेकान्त अथवा समन्वय कहा जाता है । सर्वोदय सभी सुविचारों का सुन्दर समन्वय करता रहा है । सत्य क्या है ? वह कहाँ है ? आदि प्रश्नों का सुन्दर एवं समुचित समाधान समन्वय पद्धति है । यह समन्वय पद्धति क्या है ? जहाँ भी, जिस किसी के पास भी सत्य हो, ग्रहण कर लो । सत्य यदि अपना है, तो भी ठीक और यदि वह पर का है, तो भी ठीक । आठवीं शताब्दी के महान् विद्वान् समन्वय तत्त्वदर्शी आचार्य हरिभद्र ने कहा था—

“सत्य कही पर भी हो, उसे आदर से ग्रहण कर लो । यदि वह कपिल के पास हो, तब भी सुन्दर है, और यदि वह बुद्ध के पास है, तब भी ठीक है ।”* जिसका वचन युक्ति-युक्त हो, युक्ति-संगत हो, उसे ग्रहण करना ही चाहिए ।

सर्वोदय भी हमें इसी भावना पर पहुँचा देता है । सर्वोदय में धर्म, दशन विज्ञान, नीति, सस्कृति और आचार—सबका समन्वय मिल जाता है । अहिंसा और अनेकान्त तथा अपरिग्रह तो उनके मूलभूत सिद्धान्त ही हैं । सर्वोदय में विचारों का आग्रह

ज्ञान धर्म्य किन्ती वस्तु के ज्ञान से अभिभूत न होकर, जब एकाकार रूप से प्रवाहित होगा है तब उसे 'ध्यान' कहते हैं। ध्यान में कर्मों का शय बड़ी जीवन्ता से होगा है। पाप राशि को भस्म करने के लिए ध्यान एक जाग्रदवस्थान धम्मि के समान है। ध्यान की साधना है साध्यात्मिक बिबास में अपूर्व प्रगति होती है। यही कारण है कि प्राचीन-काल से ही भारत के श्रुति मुनियों ने धर्म्य योग की अपेक्षा ध्यान-योग पर विशेष बल दिया है। ध्यान-योग की साधना है मन दान्त एवं प्रथम पड़ा है।

जैन-शास्त्र में जैन-ध्यानात्म में और जैन योग-विद्या में ध्यान-योग का बड़े विस्तार से वर्णन किया गया है। परन्तु मुख्य रूप में ध्यान के चार भेद हैं—

- १ धार्ष्ट-ध्यान
- २ रौद्र ध्यान
- ३ बर्म ध्यान
- ४ सुद्ध-ध्यान।

प्रथम के दो ध्यान अर्थात् धार्ष्ट ध्यान और रौद्र-ध्यान संसार की अभिवृद्धि के कारण होने से 'दुष्ध्यान' बड़े पाते हैं। इन दोनों ध्यानों को 'अशुभ-ध्यान' भी कहते हैं। योग की साधना करने वालों के लिए ये दोनों ध्यान सर्वथा स्वागत्य हैं, क्योंकि इनसे चित्त में विच्छेद पैदा होता है। अन्त के दोनों ध्यान अर्थात् बर्म-ध्यान और सुद्ध ध्यान 'सुध्यान' बड़े जाते हैं। इनको 'शुभ ध्यान' भी कहते हैं। ये दोनों मोक्ष के कारण हैं। योग की साधना करने वालों के लिए इन दोनों ध्यानों की परम आवश्यकता है। धार्ष्ट-ध्यान और रौद्र-ध्यान मोक्ष की साधना के यज्ञ मूल नहीं हैं,

ध्यान-योग

किसी भी विषय पर अथवा किसी भी एक वस्तु पर निरन्तर बहने वाली मन की विचारधारा को केन्द्रित करना 'ध्यान' कहा जाता है। 'ध्यान' का शाब्दिक अर्थ है—'चिन्तन करना, मनन करना और विचार करना।' ध्यान की साधना से चित्त परिशुद्ध, निर्मल और पवित्र बनता है। विशुद्ध चित्त ससार से विमुख और मोक्ष के सम्मुख हो जाता है। ध्यान की साधना से मन के सगस्त विकारों का उपशम अथवा क्षय हो जाता है। इसी आधार पर ध्यान को 'योग' कहा गया है। ध्यान योग का अर्थ है—'ध्यान की साधना से अपने शुद्ध स्वरूप को प्राप्त कर लेना।'

पातञ्जल योग दर्शन के अनुसार ध्यान की परिभाषा है—
 "देश-विशेष में ध्येय वस्तु के ज्ञान की एकतानता।" जिस देश-विशेष में चित्त को स्थापन किया है, उसमें ध्येय वस्तु का

४ निदान—विषय भोगों की यही हुई मासमा के कारण प्राप्त न होने वाली वस्तुधा को येन-केम उपायेम प्राप्त करने की जो रीढ़-रूप है यथात् उसको उपलब्ध करने की जो तीव्र प्रमिताणा है उसे निदान-आर्जध्यान कहते हैं।

रीढ़-ध्यान—हमारा रीढ़-ध्यान है। फिर यमबा कठोर भाव नाम प्राणी को 'छ' कहते हैं और उसका ध्यान 'रीढ़-ध्यान' कहलाता है। कृत्ता और कठोरता की उत्पत्ति का मूल कारण हिमा (हृत्वा) अगस्त्य (भूत्) स्तेय (चोरी) और विषय रक्षण (धामति) की प्रवृत्ति है। इसी अथर्व प्रवृत्ति से मूलका यमबा कठोरता का उद्गम होता है इसीलिए आर्ज-ध्यान की भाँति रीढ़-ध्यान भी चार प्रकार का है। यथा—

१ शिवाजुधर्म—जिग चिन्तन व पीछे हिमा की भावना वापुन रहनी है यह शिवाजुधर्म की रीढ़-ध्यान कहलाता है। रीढ़-ध्यान के इस प्रथम भेद में अग्रहण वाली का आशय परमेश्वर कृत होता है। किसी भीष को पीड़ा होले दुःख होले यमबा प्राणनाश होले दंगकर यह आशय मलाता है। उसमें क्रोध का विष अधिक होता है। उसका स्वभाव कदवा-रहित और बुद्धि पावमयी होती है। इसी प्रकार सावध बापों में क्रुद्धता व पोषण में अभिर्निवृत्ति दूसरे व प्राण मेमे में आनन्द और कृत्ता निर्दयी जीवों की संर्गत आदि विचार का समावेश इसी विचार में समझना चाहिए। इसके अनिर्गुण हिमा के साधनों को एवम करना हिमक प्राप्ति का योग्य करना और हृत्वा में अनुकम्पा का अन्विष्टार करना तथा हृत्वा में सद्गुणी पुण्या में द्वेष करना — ये सभी रूपन इन प्रथम भेद के अन्तर्गत ध्यान है। इन में का उद्गम-रक्षण 'चाप' है जो कि तीव्र यथाय कहा जाता है।

तथापि साधक के लिए इन दोनों की श्रद्धाभता से वचने के लिए इन दोनों का स्वरूप जानना परम आवश्यक है। मैं यहाँ पर संक्षेप में चारों ध्यानों का स्वरूप दे रहा हूँ और उनके भेद भी संक्षेप में दे रहा है—

आर्त-ध्यान—‘अर्ति’ नाम दुःख या पीडा का है, उसमें से जो उत्पन्न हो, वह ‘आर्त’ कहलाता है। तात्पर्य यह कि जिसमें दुःख का चिन्तन हो, उसे ‘आर्त-ध्यान’ कहते हैं। प्राणी में दुःख की उत्पत्ति के जितने भी कारण हैं, उनको संक्षेप से चार विभागों में विभक्त किया गया है। यथा—

१ **अनिष्ट-संयोग**—जब कभी अनिष्ट वस्तु का संयोग हो, अर्थात्—अग्नि, सर्प, सिंहादि का मेल या प्रबल शत्रु का समागम अथवा प्राणनाशक अन्य कोई प्रसंग प्राप्त हो, तो उससे उत्पन्न होने वाले दुःख की स्मृति से व्याकुल हुआ पुरुष, उसके वियोग के लिए, अर्थात् वे भय देने वाले पदार्थ शीघ्र से शीघ्र कब और कैसे दूर हो—इसके लिए, जो सतत चिन्तन करता है, उसकी इस चिन्तन परम्परा को ही ‘अनिष्ट संयोग आतध्यान’ कहते हैं।

२ **इष्ट-वियोग**—इसी प्रकार घन, ऐश्वर्य, स्त्री, पुत्र, मित्र और अधिकार आदि इष्ट पदार्थों के वियोग से जो दुःखानि होता है तथा उसको फिर से प्राप्त करने के लिए जो सतत चिन्तन होता है, उसका नाम ‘इष्ट वियोग—आतध्यान’ है।

३ **प्रतिकूल-वेदना**—अनेक प्रकार की शारीरिक अथवा मानसिक व्याधियों से सत्रास को प्राप्त हुआ जीव उनके दूर करने के लिए जो रात-दिन चिन्तन करता है, वही ‘प्रतिकूल-वेदना’ या ‘रोग चिन्ता’ का तीसरा नाम आर्तध्यान है।

४ निदान—विषय योगों की बड़ी हुई साक्षता के कारण प्राप्त न होने वाली वस्तुओं को येन-केन-उपायेन प्राप्त करने की जो दौड़-धूप है, अर्थात् उसको उपसम्पन्न करने की जो तीव्र प्रयत्नाया है उसे 'निदान-ध्यात-ध्यान' कहते हैं।

रौद्र-ध्यान—दूसरा रौद्र-ध्यान है। क्रूर मयबा कठोर भाव वाले प्राणी को 'रौद्र' कहते हैं और उसका ध्यान 'रौद्र-ध्यान' कहलाता है। क्रूरता और कठोरता की उत्पत्ति का मूल कारण हिंसा (हत्या) असत्य (भूठ) स्तेय (चोरी) और विषय रसज (मासृष्टि) की प्रवृत्ति है। इसी अथर्व्य प्रवृत्ति से क्रूरता मयबा कठोरता का उद्गम होता है। इसीलिए ध्यात-ध्यान की भाँति रौद्रध्यान भी चार प्रकार का है। यथा—

१ हिसानुबन्धी—जिस विस्तार के पीछे हिंसा की भावना बाधित रहती है वह 'हिसानुबन्धी रौद्रध्यान' कहलाता है। रौद्र ध्यान के इस प्रथम भेद में अत्यन्त प्राणी का आश्रय अस्तित्व क्रूर होता है। किसी जीव को पीड़ा होते दुःख होते मयबा प्राणनाश होते देखकर वह आनन्द मग्नता है। उसमें क्रोध का विष अधिक होता है। उसका स्वभाव कठना-रहित और बुद्धि पावमयी होती है। इसी प्रकार सावध बाधों में श्रुतकता व पोषण में अभिरुचि दूसरे के प्राण लेने में आनन्द और क्रूरता निर्दयी जीवों की संगति ध्यात विचारों का समावेश इसी विभाग में सम्मिलित चाहिए। इसके अतिरिक्त हिंसा के साधनों को एकत्र करना जिसके प्राणियों का पोषण करना और हृन्त्य से अनुकम्पा का बहिष्कार करना तथा दयालु एवं सद्गुणी पुरुषों से दूर रहना—ये सभी रूपों इस प्रथम भेद के अन्तर्गत आते हैं। इस भेद का उद्गम-स्वान 'क्रोध' है, जो कि तीव्र कपाय कहा जाता है।

क्रोध के प्रभाव से शरीर की नस-नस में रुधिर-संचार तीव्र गति से होने लगता है और इसकी उत्पत्ति भी अति अशुभ लेश्या से है। अतः इन समस्त बातों का विचार करके योग-मार्ग में प्रवृत्त होने वाले साधक को सर्वथा दूर रहने का प्रयत्न करना चाहिए।

२. मृषानुबन्धी—जिस चिन्तन की आधारशिला केवल मृषावाद हो, वह 'मृषानुबन्धी रौद्रध्यान' है। इस दूसरे भेद में—असत्य-भाषण, पर-वचना, पर-प्रतारणा, सत्य पर अनास्था और विश्वासघात आदि दोषों का समावेश होता है।

३. स्तेयानुबन्धी—जिस चिन्तन में केवल स्तेय-भाव ही प्रतिबिम्बित हो, उसे 'स्तेयानुबन्धी रौद्रध्यान' कहते हैं। दूसरे की वस्तु को उठा ले जाने की चतुरता, साथ में रहने वालों को चोरी के लिए उकसाना और दूसरे का धन चुरा लेने का निरन्तर विचार, आदि सभी अपकर्म इस भेद के अन्तर्गत आते हैं।

४. विषय-संरक्षणानुबन्धी—जिस चिन्तन में प्राप्त-विषयों के संरक्षण की भावना गभित हो, वह 'विषय-संरक्षणानुबन्धी रौद्रध्यान' कहलाता है। संचित धन की रक्षा किस प्रकार की जाए, उसको चोर-डाकुओं से सुरक्षित रखने का अच्छा उपाय क्या होना चाहिए और ऐसी कौन-सी योजना है कि जिससे मूल-पूँजी तो बराबर बनी रहे, लाभ अधिक हो, तथा बड़े-बड़े महल बनाने और उनमें धन रखने के लिए गुप्त स्थानों का निर्माण करने एवं चोर-डाकुओं के भय से पहरेदार रखने आदि की विचारणा में रात-दिन सलग्न रहना आदि अनेक प्रकार के प्रपञ्च रौद्रध्यान के इस चतुर्थ भेद में ही समाविष्ट होते हैं।

धर्म-ध्यान—जिस चिन्तन में केवल धर्म को ही प्रधान स्थान प्राप्त हो, उसे 'धर्म ध्यान' कहते हैं। आज्ञा, अपाय, विपाक और

संस्थान ध्यादि के सतत चिन्तन में मनोवृत्ति की एकाग्र करना ही 'जर्म-ध्यान' है। जर्म-सत्त्व के स्वस्व की विचारणा अधिकतया ध्याना उपाय बिपाक और संस्थान को स्वस्व—इन चारों पर निर्भर होने से जर्म-ध्यान के चार भेदों का परिचय इस प्रकार है—

१. ज्ञाना-विषय—'ध्याना' का अर्थ है—परम धातु सर्वज्ञ सर्वदर्शी बीतराग प्रभु का आदेश। और 'विषय' का अर्थ है—विचार। अतः बीतराग प्रभु की आज्ञानुसार वस्तु-सत्त्व का चिन्तन करना अथवा उक्त रीति से वस्तु-सत्त्व चिन्तन में मनोयोग देना—'ध्याना-विषय-जर्म-ध्यान' है।

२. अग्रय विषय—'अग्रय' का नाम है—दुःख। जिसके कारण जीव के राग द्वेष और विषय-बन्धन है। इन सब के चिन्तन की भूमि अग्रय विषय-जर्म-ध्यान है। कर्म सम्बन्ध के विच्छेद का और आत्म-समाधि की प्राप्ति का उपाय चिन्तन करना—इस ध्यान का मुख्य प्रयोजन है।

३. विपाक-विषय—इन भेद में कर्म-विपाक-फल का चिन्तन किया जाता है। ज्ञानावरणादि अज्ञ-विषय कर्मों के विपाकोदय को अर्थात् कर्मबन्ध फल को यह जीव किस प्रकार से भोगता है—धादि बातों के विचार की भूमि का नाम—विपाक-विषय-जर्म-ध्यान है, और दुःख-स्वाभा के धागाह कर्म से इन कर्मों के सम्बन्ध का विच्छेद किस प्रकार से किया जाता है, इस विषय का चिन्तन भी इस तीसरे विभाग में पा जाता है।

४. संस्थान-विषय—जर्म-ध्यान के चौथे भेद का नाम 'संस्थान विषय' है। 'संस्थान' का अर्थ है—लोक। इस भेद के अन्तर्गत लोक के स्वस्व का चिन्तन किया जाता है।

शुक्ल-ध्यान—शुक्ल-ध्यान में चित्तवृत्ति की पूर्ण एकता और निरोध सम्पन्न होता है। केवल आत्म-सन्मुख निष्कपाय (उप-शान्त) और क्षयभाव-युक्त चित्त 'शुक्ल' कहलाता है। ध्यान-शतक की टीका में आचार्य हरिभद्र सूरि शुक्ल-ध्यान का व्युत्पत्ति लभ्य अर्थ—शोक-निवर्तक एकाग्र चित्त-निरोध करते हैं, अर्थात् जिससे आत्मगत शोक की सर्वथा निवृत्ति हो जाए—ऐसा एकाग्र-चित्त निरोध—'शुक्ल-ध्यान' कहलाता है। अन्य ध्यानो की भाँति इसके भी निम्नलिखित चार भेद हैं—

१ पृथक्त्व-वितर्क-सविचार—जब कोई साधक श्रुतज्ञान के आधार पर जीवाजीवादि पदार्थों का द्रव्य-पर्याय आदि विविध दृष्टियों से भेद-प्रधान चिन्तन करता है और उसके इस चिन्तन में एक अर्थ-पदार्थ से दूसरे अर्थ-पदार्थ पर, एक शब्द से दूसरे शब्द पर एवं एक योग से दूसरे योग पर संचार होता रहता है, तब इस श्रुत ज्ञानावलम्बी भेद-प्रधान सविचार-चिन्तन को 'पृथक्त्व-वितर्क सविचार शुक्ल-ध्यान' कहते हैं।

२ एकत्व-वितर्क-अविचार—परन्तु दूसरे शुक्ल ध्यान में इससे विपरीत है। इसका अनुसरण करने वाला साधक श्रुतज्ञान के आधार पर पदार्थों के विविध स्वरूपों का केवल अभेद प्रधान दृष्टि से ही चिन्तन करता है। उसके इस चिन्तन में एक अर्थ से दूसरे अर्थ पर, एक शब्द से दूसरे शब्द पर और एक योग से दूसरे योग पर संचार नहीं होता। किन्तु ध्याता किसी एक ही पर्याय-रूप अर्थ को लेकर मन, वचन और काय के किसी एक ही योग पर स्थिर रहकर एकत्व-अभेद-प्रधान चिन्तन करता है। यह चिन्तन 'एकत्व-वितर्क अविचार शुक्ल-ध्यान' कहलाता है।

३. सूक्ष्म-क्रिया प्रवर्तिता—तीसरा सूक्ष्म-ध्यान तेरहवें गुण स्थान—‘सयोग-केवली’ में प्राप्त होता है। जब केवली भगवान् प्रायु के प्रान्त समय में योग-निरोध के क्रम का प्रारम्भ करते हुए सूक्ष्म-अध्या-योग को अवलम्बित करके बाकी के योगों का निरोध करते हैं, तब उनमें स्वास-प्रस्वास जैसी सूक्ष्म क्रिया ही बाकी रह जाती है, जिससे वे पतन की संभावना को कोई प्रभ काश नहीं होता। इन सधरणों के आधार पर सूक्ष्म-ध्यान को ‘सूक्ष्म क्रिया-प्रवर्तिता’ कहते हैं।

४. समुच्छिन्न क्रिया-निवृत्ति—यह ध्यान बीसवें गुणस्थान—‘प्रयोग-केवली’ में प्राप्त होता है, जो कि अन्तिम गुणस्थान है। जिस समय स्वास-प्रस्वास प्रवृत्ति सूक्ष्म क्रियाओं का भी निरोध हो जाता है और आत्म प्रवेश में सर्व प्रकार का कम्पन-व्यापार बन्द हो जाता है तब वह ‘समुच्छिन्न क्रिया-निवृत्ति ध्यान’ कहलाता है। इस अवस्था में साधक की आत्मा सर्व प्रकार के सूक्ष्म एवं सूक्ष्म मानसिक बाह्यिक और शारीरिक व्यापारों में सर्वथा पुष्क हो जाती है। इसमें उसके मान गात्र प्रायु और वेदनीय—ये चार अवाप्ती-कर्म भी नष्ट हो जाते हैं और वह सर्वथा निर्मल शान्त निष्कलक निरामय निश्चिन्त और निर्विषय-स्वल्प पूर्ण सुख-स्वल्प मोक्ष-पद को प्राप्त हो जाता है।

भावना-योग

मनुष्य के जीवन का उत्थान और पतन उसकी भावना के अनुरूप होता है। मनुष्य के चित्त में कभी शुभ भावना और कभी अशुभ भावना का चक्र सदा ही चलता रहता है। भावना में अपार बल और असीमित शक्ति होती है। ससार का वह कौन-सा काम है, जो भावना के बल से पूरा न किया जा सकता हो ? शास्त्र में भावना को 'भव-नाशिनी' कहा गया है। अशुभ भावना के कारण ही प्रसन्नचन्द्र मुनि ने नरक जाने योग्य कर्मों का सचय कर लिया था। शुद्ध भावना के कारण मरुदेवी माता ने केवल-ज्ञान पा लिया था। 'भोग-भावना' और 'त्याग-भावना' के बल से पुण्डरीक और कुण्डरीक दोनों सहोदर भ्राता होने पर भी एक अपने जीवन का उत्थान कर लेता है, और दूसरा अपने जीवन का पतन कर लेता है। अशुभ-योग को छोड़कर शुभ-योग में प्रवेश करने को ही वस्तुतः 'भावना योग' कहते हैं। भावना के चार प्रकार हैं—“मैत्री, मुदिता, करुणा और मध्यस्था।”

मैत्री-भावना ॥

संसार में बिखने ली चीज है उन सभी को धपना मित्र समझना—'मैत्री-भावना' है। जैसे हम अपने मित्र के साथ प्रेम का व्यवहार करते हैं, उसका आधार धीरे सत्कार करते हैं। जैसे ही संसार के प्रत्येक चीज के साथ प्रेम का व्यवहार करना और सब का आधार एवं सत्कार करना—यही 'मैत्री-भावना' है। मैत्री-भावना का स्वरूप-वर्णन करते हुए एक भाष्य में लिखा है।

यथा—

‘सर्वे भवन्तु सुखिनाः
सर्वे सन्तु विरामकाः ।
सर्वे भवन्ति स्वस्थान्,
ना कश्चित् दुःख-माप्नु ययेत् ॥

संसार के समस्त चीज सुखी रहें। सब स्वस्थ एवं नीरोध रहकर बीभत्स का आगमन में। सब का कल्याण हो सब का मंगल हो। किसी भी चीज को कभी दुःख एवं क्लेश न रहे। इस प्रकार की शुभ विचार-धारा को 'मैत्री-भावना' कहा जाता है। मैत्री-भावना अत्यन्त पवित्र भावना है।

यथा—

‘मैत्र्या धुनिरासीद रम्या
बन्ध-बन्धै रैव बन्धा ।
निन्दन्त्यपि कुर्वन्ति ये ना
प्यन्ति द्वेषाद् दण्डिनि रैव ।
मत्वा तेषां कर्म-बन्धोद्यु
तेरति मीमा न क्षेमा ॥

“अपने प्रेमी से तो सभी प्रेम करते हैं । परन्तु अपने विरोधी से भी प्रेम करना—मैत्री है । मैत्री-भावना की भूमि अत्यन्त सुन्दर होती है । भव्य जन ही उस पर पहुँच सकता है । दूसरो से द्वेष रखने वाला उस पवित्र भूमि पर नहीं जा सकता । परम विशुद्ध मैत्री-भावना वह है, जहाँ पहुँच कर मनुष्य के मन में न किसी के प्रति द्वेष रहता है, और न किसी के प्रति राग रहता है । भले हो निन्दा हो, अपमान हो, भले ही कोई मारे पीटे, परन्तु चित्त में उसके प्रति जरा भी द्वेष न आने पाए । इस प्रकार के प्रसंग आने पर विचार करे कि इस विचारे का दोष भी क्या है ? यह तो सब उसके कर्मों का ही दोष है । द्वेष और विरोध करने वाले के प्रति भी कभी द्वेष एवं विरोध की भावना न आना ही सच्ची मैत्री-भावना है ।

मुदिता भावना ”

गुणी जनो के प्रति आदर-बुद्धि का परिचय देने को ‘मुदिता’ अथवा ‘प्रमोद-भावना’ कहते हैं । ससार में ऐसा कोई प्राणी नहीं है, जिसमें कोई गुण न हो । गुण एवं दोष किस में नहीं है ? परन्तु साधक की दृष्टि दोष पर न जाकर गुण पर जानी चाहिए । ज्ञानी से ज्ञान लो, योगी से योग लो, तपस्वी से तप लो, ब्रह्मचारी से ब्रह्मचर्य लो और सन्तोषी से सन्तोष लो । जहाँ पर और जिसमें जो गुण मिले, उसे ग्रहण कर लेना ही ‘मुदिता’ अथवा ‘प्रमोद-भावना’ है ।

यथा—

“सर्वगुण-पाने सक्त मे मन ।

सेवा-धर्म रता	गत स्वार्था
अम्बुदय	कुर्वाणा ।

कल्याणोऽपि समाज-सेवकाः,
न्यायं चैव निहन्ताः ॥

“मेरा मन सर्वगुणों को पहूँच करने के लिए सदा तैयार रहे। जो सेवा में संलग्न हैं, जो स्वार्थ-भावना को छोड़ चुके हैं, जो दूसरों का कल्याण करते हैं, वे समाज-सेवक सम्य हैं। न्याय-भार पर बसने वाले लोगों का मैं भावर करता हूँ।

यथा—

“सत्त्वचरितो ह्युच्चारिताः
प्रकृता यथा सरिताः।
कल्याणे बुद्धिरोऽपि कुलात्पाः
करोन्मयी सरिताः ॥

‘जो सत्य के प्रेमी हैं, जो ब्रह्मचर्य का बूढ़ पालन करते हैं, जो स्वभाव से सरल एवं निष्पाप हैं जो पर उपकार करने में सदा उत्तर हैं, वे भस्मे ही भर में रहने वाले मुहम्मद हैं। क्यों न हों? वे भी मेरे भावर के पात्र हैं, उनके गुणों का मैं सत्कार करता हूँ।

कल्याणाय ।

संसार में सभी सुखी नहीं है। संसार में सुखी जीवों की अपेक्षा दुःखी जीव ही अधिक हैं। बनाब और असहाय जनो के प्रति जो मुहु भावना होती है उसे ‘कल्याण भावना’ कहा गया है। कोई रोग से पीड़ित है। कोई भ्रम्या है। कोई बधिर है। कोई पगु है और कोई धनहीन है। इन सब के प्रति मन में जो अनुकम्पा भाव पाता है उसी को ‘कल्याण भावना’ कहा जाता है। अनुकम्पा कल्याण और क्या—यह धारणा का सब

से बड़ा गुण है । दया-हीन जीवन भी क्या जीवन है ? यथाशक्ति दुःखी जनो की सेवा करना, महान् धर्म है ।

यथा—

“जन्मान्धा बधिरा भूका वा,
सीधन्त्यशन—धिहीना ।
अन्ध बधिर-शाला सस्थाप्य,
रक्ष्या एते वीना ॥”

“अन्धे देख नहीं सकते, बधिर सुन नहीं सकते और भूक बोल नहीं सकते—ऐसी स्थिति में आपका यह कर्त्तव्य है कि ऐसे असहाय मनुष्यों की सहायता करो । उन्हें सुखी बनाने का प्रयत्न करो । बहुतेको के पास पहनने को वस्त्र नहीं है, खाने को भोजन नहीं है और रहने को मकान नहीं है—इस दशा में आपका यह कर्त्तव्य है कि उनको अशन, वसन और भवन की सुविधा प्रदान करो । जो पढ़ने की योग्यता रखते हैं, पर बिना धन के कैसे पढ़ें ? उनकी सहायता करना, आपका धर्म है । दीन, हीन और अपंग की सेवा करना परम धर्म है । आपका पड़ोसी भूखा मरे और आप मौज करते फिरें । यह आपका धर्म नहीं । दुःखी को सुखी बनाने का प्रयत्न करना ही वस्तुतः कर्तव्य है ।”

मध्यस्थ-भावना

ससार में सभी धर्मशील नहीं हो सकते । ससार में पापात्माओं की भी कमी नहीं है । क्रूर, दया-हीन और धर्म-विहीन मनुष्यों को कितना ही उपदेश दिया जाए, परन्तु वे अपने क्रूर कर्मों का परित्याग नहीं कर पाते । इस प्रकार के जीवों के प्रति भी मेरे मन में कभी द्वेष एवं विरोध

वैशम्य ही—यह 'मध्यस्थ-भावना' है। अनुकूलता और प्रतिकूलता में तथा सुख और दुःख में सम-भाव रखना भी 'मध्यस्थ-भावना' है। क्रोधी के क्रोध पर क्रोध न धरना, हृषी के हृष पर हृष न धरना और क्रूर-कमी के क्रूर-कर्म पर क्रूर भावना का न धरना भी 'मध्यस्थ भावना' है। मध्यस्थ भावना का अधिकारी नहीं सकता है, जो विरोध में भी विनोद का पानन्द ले सके।

महा—

“पुष्पज-मार्गं परिवर्तित-धीमा
होष्यं जयति रोष्यम् ।
जाली हुंवा कल्प्या कल्पि,
नापि मलया रोष्यम् ॥

‘पुष्पज मार्ग परिवर्तन-धीमा’ है। वह कभी क्षुब्ध हो जाता है और कभी प्रसन्न हो जाता है; मन उस पर न कभी ‘होष करना चाहिए’ और न कभी ‘रोष ही करना चाहिए’। इसी को ‘मध्यस्थ भावना’ कहते हैं।

महा—

“पुष्पा यदि परिवर्तित-धीमा
नैक-स्वभावा लभित ।
यमिषोऽपि जयन्त्ययमिष-
ते यमिषो जयन्ति ॥

‘पुष्पज की तरह जीव भी आत्मा भी परिवर्तनशील है। उनके परिणाम जन्मते रहते हैं। जो यमी हैं, वे अयमी बन जाते हैं और अयमी फिर यमी बन जाते हैं। राजा प्रदेसी कितना क्रूर था किन्तु अन्त में कितना मृदु हो गया था। जमाति कितना भयानकीय एवं दह-यमी था परन्तु अन्त में कितना

मिथ्यावादी बन गया था। जड और चेतन की परिणति को देखकर, किसी पर भी राग और द्वेष नहीं रखना चाहिए।" इसी को 'मध्यस्थ दृष्टि' कहते हैं।

मैत्री-भावना से द्वेष को जीता जा सकता है। मुदिता-भावना से गुणों में आदर होता है। करुणा-भावना से विचार भद्र बन जाते हैं। मध्यस्थ-भावना से विरोध में भी शान्त रहने का अभ्यास किया जा सकता है।

यह 'भावना योग' जीवन-विकास का एक मुख्य साधन है। मनुष्य अपने विचारों पर समय रखकर अपना हित साध सकता है। भावना-योग की साधना तब तक चलती रहनी चाहिए, जब तक साधक को सिद्धि न मिल जाए। भावना-योग की साधना प्रतिदिन होनी चाहिए। भावना-योग से चित्त शान्त, प्रसन्न एवं विशुद्ध हो जाता है।

जैन-दर्शन में योग विचार

भारत के समस्त धर्मों में तथा भारत के समस्त दर्शनों में किसी न किसी रूप में योग-साधना का उल्लेख मिल ही जाता है। योग' सम्प्रदाय से ही नहीं बहुत प्राचीन काल से प्रचलित है। योग एक सम्प्रदाय भी था पर धात्र तो उसका नाम ही सेप रह गया है। सांख्य-सम्प्रदाय की तरह योग-सम्प्रदाय भी धात्र पोषी के पत्नी पर रह गया है। उसे ही धात्र योग-सम्प्रदाय न रहा हो परन्तु योग के सिद्धान्त तो धात्र भी प्रचलित हैं।

यहाँ पर हम केवल जैन-दृष्टि से योग का रहस्य और उसका वास्तविक धर्म तथा उसकी परम्परा संक्षेप में बतलाने का प्रयत्न करेंगे। विभिन्न युग के जैन प्राचार्यों ने अपने-अपने समय में योग की क्या व्याख्या की है और योग का क्या स्वरूप बतलाया है, वह जानना परम आवश्यक है। प्राचार्य हरिमय

सूरि ने योग पर अनेक ग्रन्थों की रचना की है। जैसे—‘योग-विन्दु, योग-दृष्टि समुच्चय और योग-शतक।’ इसके बाद आचार्य हेमचन्द्र सूरि ने ‘योग शास्त्र’ लिखा। उपाध्याय यशोविजय ने भी ‘अध्यात्मोपनिषद्’ आदि ग्रन्थ योग विषय पर लिखे हैं। दिगम्बर पम्परा में ‘योग प्रदीप’ ग्रन्थ की रचना, जिसका नाम ‘ज्ञानार्णव’ भी है—आचार्य शुभचन्द्र ने की है।

‘योग’ शब्द ‘युज्’ धातु से बना है। संस्कृत में ‘युज्’ धातु दो हैं। एक का अर्थ है—जोड़ना। दूसरे का अर्थ है—समाधि। इनमें से जोड़ने के अर्थ वाले ‘युज्’ धातु को जैन आचार्यों ने प्रस्तुत योग अर्थ में स्वीकार किया है। आचार्य हरिभद्र ने अपने ‘योग-विशिका’ ग्रन्थ में ‘योग’ शब्द की व्याख्या करते हुए लिखा है कि—‘मोक्षेण जोयणाग्रो योगो’—अर्थात् जिन साधनों से आत्मा की विशुद्धि और उसका मोक्ष के साथ योग होता है, उन सब साधनों को ‘योग’ कहा है। उपाध्याय यशोविजय जी ने भी अपने ‘द्वित्रिशिका’ ग्रन्थ में योग की वही व्याख्या की है, जो आचार्य हरिभद्र ने की थी। उपाध्याय जी योग कि परिभाषा इन शब्दों में करते हैं—‘मोक्षेण योजनादेव योगो ह्यत्र निरूप्यते।’ यशोविजय जी ने कही-कही पर अपने ग्रन्थों में ‘पञ्च-समिति’ और ‘त्रिगुति’ को उत्तम योग कहा है। इनके मत में योग का अर्थ है—‘धर्म-व्यापार।’ मन, वचन और काय को सयत्न रखने वाला धर्म-व्यापार ही ‘योग’ है। क्योंकि यही आत्मा को उसके साध्य—मोक्ष के साथ जोड़ता है।

जैन-दर्शन में ‘त्रिविध योग’ कहा गया है। श्रद्धा, ज्ञान और क्रिया—इसको ‘त्रिविध योग’ कहते हैं। क्योंकि शुद्ध श्रद्धा, शुद्ध ज्ञान और शुद्ध क्रिया की साधना से ही आत्मा को मोक्ष की प्राप्ति

होती है। इस-प्रकार योग को ही 'रत्न नदी' और 'मोक्ष-मार्ग' भी कहा गया है।

भाचार्य हरिमित्र ने अपने ग्रन्थों में 'पञ्चविध योग' भी कहा है—प्रध्यात्म भावना ध्यान समता और वृत्तिसंशय। इस पञ्चविध योग का विस्तार-पूर्वक वर्णन भाचार्य हरिमित्र ने अपने योग-विन्दु ग्रन्थ में किया है। इसी भाचार्य ने अपने 'योग-दृष्टि समुच्चय' ग्रन्थ में 'षष्ठ-विध योग' भी कहा है—जिसको षष्ठ-योग दृष्टि भी कहते हैं—'मिथा तारा बसा दीप्ता स्थिरा कान्ता प्रभा धीर पद्मा'। पातञ्जल 'योग-सूत्र' में महर्षि पतञ्जलि ने योग के आठ अंगों का वर्णन किया है। भाचार्य हरिमित्र ने उन आठ अंगों को 'षष्ठ-दृष्टि' कहा है। जैन-योग की यह नयी व्याख्या और नया मोड़ या जिसका विवेक वर्णन भाचार्य हरिमित्र के ग्रन्थों में प्राप्त भी उपलब्ध है। उपाध्याय यशोविवेक जी ने अपने एक ग्रन्थ में एक भिन्न प्रकार के त्रिविध योग का उल्लेख किया है—इच्छा सात्त्व्य और सामर्थ्य। परन्तु वस्तुतः यह वस्तुता भी भाचार्य हरिमित्र की है। उसी का उल्लेख उपाध्याय जी ने अपने ग्रन्थ में कर दिया है। भाचार्य सुमचन्द्र ने अपने ज्ञानार्णव ग्रन्थ में भी योग का विस्तार से वर्णन किया है। इसके अनतिरिक्त 'ममाभि-दातक ध्याम-दातक ध्यान-विचार ध्याम-दीपिका और ध्याम-रूप-रूप-रूप' आदि ग्रन्था में योग का विशेष वर्णन है। परन्तु इस बात का ध्यान रहे कि जैन भाचार्य योग की व्याख्या करते हुए 'हठ योग' का निषेध करते हैं। किसी भी जैन भाचार्य ने 'हठ-योग' का समर्थन नहीं किया। भाचार्य हेमचन्द्र सूरि ने तो अपने योग-शास्त्र में हठ-योग का जोरदार अंगों में निषेध किया है—

“तन्नाप्नोति मनः स्वास्थ्यं प्राणायामं कर्तव्यम् ।
प्राणायामने पीडा तस्यां स्यान्चित्त-विलम्ब ॥”

“प्राणायाम हठ-योग है और हठ-योग को जैन आचार्यों ने साधना में अनावश्यक माना है । योग-साधना का उद्देश्य है—चित्त-शान्ति और चित्त प्रसन्नता । हठ-योग की साधना से चित्त को न शान्ति मिलती है, न प्रसन्नता । इसी आधार पर जैन आचार्यों ने अपने योग-ग्रन्थों में ‘हठ-योग’ का निषेध करके ‘सहज-योग’ का ही विधान किया है ।

योग-साधना का उद्देश्य—आत्म-विशुद्धि है । आत्म-विशुद्धि के लिए ही योग साधना करनी चाहिए । विभूति, लब्धि और चमत्कार के लिए योग-साधना कदापि नहीं करनी चाहिए । क्योंकि इससे लाभ की अपेक्षा हानि की अधिक सम्भावना रहती है । योग्य गुरु के बिना योग की साधना संभव नहीं है ।

एकतामता सफलता की कुक्षी

प्रत्येक कार्य में सफलता प्राप्त करने के लिए एक-निष्ठा सक्षम संतप्तता और एकाग्रता की बड़ी आवश्यकता होती है। यदि मनुष्य के जीवन में स्थिरता और एकतामता नहीं है तो वह कोई भी महत्वपूर्ण कार्य नहीं कर सकता। मन की इतनी इच्छा-शक्ति को किसी एक काम में केन्द्रित कर देने को 'एकाग्रता एवं एकतामता' कहते हैं। संसार में ऐसा कोई कार्य नहीं है जिसे एकाग्रता से पूरा न किया जा सकता हो। जिस प्रकार बूद-बूद से बट बर जाता है और पत्त-पत्त से घुम बन जाता है उसी प्रकार एक-एक काम के करने से मनुष्य अपने जीवन में हजारों हजार कार्यों को पूरा कर सकता है। एकाग्रता में बहुत बड़ी शक्ति है बहुत बड़ा बल है।

सफल और असफल व्यक्ति में अन्तर क्या है ? यही कि एक ने कम काम किया और दूसरे ने अधिक। क्या यही दोनों के परिश्रम के विभिन्न परिणामों का कारण है ? नहीं बात कुछ और ही है। सफल व्यक्ति ने अपना सारा काम एकाग्रता और एकता मता ॥ किया था, इसीलिए उसका श्रम सफल हो गया। असफल व्यक्ति ने भी श्रम तो किया था किन्तु उसके श्रम में एकाग्रता और एकतामता का अभाव था। इसीलिए असफल व्यक्ति का

“तन्नाप्नोति मनः स्वास्थ्य प्राणायामा
प्राणस्यायमने पीढा तस्या र्यानि

“प्राणायाम हठ-योग है और हठ साधना में अनावश्यक माना है। यो चित्त-शान्ति और चित्त प्रसन्नता। ह को न शान्ति मिलती है, न प्रसन्न आचार्यों ने अपन योग-ग्रन्थों में ‘हठ योग’ का ही विधान किया है।

योग-साधना का उद्देश्य—आ लिए ही योग साधना करनी चमत्कार के लिए योग-साध क्योंकि इससे लाभ की अपेक्षा है। योग्य गुरु के बिना योग।

एकतामय भाव और योग्य
पाश्चात्य विद्वानों का मत
भी अपनी गति का विचार
कर सकता है। हठ योग
व्यक्ति अपनी गति का विचार
है। लगातार गिरने का विचार
छेद हो जाता है। निरन्तर
डिकेन्स कहता है—
प्राप्त करने योग्य गुण है।
कि मेरे आविष्कारों का
और एकतानता ही है।
मे कान्ति उत्पन्न कर दीजिए
दिखाइए और चाहे गायक
कुछ भी कीजिए, पर उसमें
तब देखिए—सफलता आपको
काटेगी।” इसी को सफलता।
भारतीय विद्वान् इस ‘एक
योग कहते हैं। काम छोटा
तब तक नहीं मिल सकती, जब
जाए। जब हमें अपने मन पर अधिकार
हो जाए कि जन्मे जहाँ
लगी रहे, इवर-उध
साधना में हमें सफल
सफलता की

श्रम सफल नहीं हो सका। सफलता के लिए परिश्रम के साथ-साथ एकतानता और एकाग्रता का होना भी परम आवश्यक है। पाश्चात्य विद्वान् कारलाइल कहता है—“दुर्बल-से-दुर्बल व्यक्ति भी अपनी शक्ति को किसी एक कार्य में केन्द्रित करके कुछ-न-कुछ कर सकता है। इसके विपरीत शक्तिशाली से भी शक्तिशाली व्यक्ति अपनी शक्ति को बिखेर कर अपने लक्ष्य में असफल हो जाता है। लगातार गिग्ने वाली बूँदों से कठोर-से कठोर चट्टान में भी छेद हो जाता है। निरन्तर की चोट से लोहा भी टूट जाता है।

डिकेन्स कहता है—“ध्यान एक उपयोगी, लाभदायक और प्राप्त करने योग्य गुण है। मैं आपको सचमुच विश्वास दिलाता हूँ कि मेरे आविष्कारों का एकमात्र कारण मेरी मन की एकाग्रता और एकतानता ही है। चाहे लेखक बनकर देश की विचारधारा में क्रान्ति उत्पन्न कर दीजिए, चाहे खिलाड़ी बनकर कमाल कर दिखाएँ और चाहे गायक बनकर ससार को मुग्ध कर लीजिए। कुछ भी कीजिए, पर उसमें अपने तन और मन को लगा दीजिए, तब देखिए—सफलता आपकी चेरी होकर आपके आस-पास चक्कर काटेगी।” इसी को सफलता कहते हैं।

भारतीय विद्वान् इस ‘एकाग्रता और एकतानता’ को ध्यान योग कहते हैं। काम छोटा हो या बड़ा, उससे सफलता तब तक नहीं मिल सकती, जब तक उसमें मन को डुबो न दिया जाए। जब हम अपने मन पर और अपनी इन्द्रियो पर इतना अधिकार हो जाए कि उन्हें जहाँ हम लगाना चाहें, वहीं पर वे लगी रहें, इधर-उधर न दौड़ें, तो समझना चाहिए कि योग साधना में हमें सफलता मिली है। वस्तुतः एकाग्रता और एकतानता ही सफलता की एकमात्र कुञ्जी है।

